



11月の予定表



日	月 12:30～19:30	火 休館日	水 12:30～17:30	木 休館日	金 12:30～19:30	土 10:30～17:30
						1
2	3 	4 ※電話相談のみ 13:30～17:30	5 メンバーミーティング 14:00～15:30 ウォークラリー掲示 13:00	6 休館日	7 おやつ作り※4 14:00～15:30 アップルパイ or パンプキンプリン 集まった人で決め ましょう。	8 ウォークラリー & コラボイベン ト 防災公園 センター集合 10:30
9	10 自主企画 手話サークル 14:00～15:00 フラワーグループ 15:00～16:00	11 地域相談日 10:00～12:00 予約相談日 13:00～17:30 ※電話相談 13:30～17:30	12 SST・当事者研究 14:00～15:30	13 休館日	14 ウォークラリー 14:00～15:00	15 ランチ会※4 ピクニック弁当 10:30～14:00 就労グループミ ーティング 17:30～19:15
16 糀谷地区一 斉防災訓練 糀谷中学校 センター集 合 8:45	17	18 ※電話相談のみ 13:30～17:30	19 13時開所 お茶会※4 15:00～16:00	20 休館日	21 メンバーミーテ ィング 14:00～15:30 ～エンゲーリング (園芸の輪)～ 16:00～17:00	22 アート 13:30～15:00 常数さん 生活福祉相談※ 2 14:00～16:00 パソコン教室 15:00～16:00
23 /30 	24 振替休日	25 ※電話相談のみ 13:30～17:30	26 自主企画 ゲームの日 14:00～15:00	27 休館日	28 レジンアクセサリ ー※3 14:00～16:00 松本さん 生活相談※2 18:30～19:30	29 音楽・音楽紹介 14:00～15:00 ラジオ体操 15:00～15:15 音楽練習 15:30～16:30

- ※1 電話相談につきましては月・金 13:30～19:30、火・水・土 13:30～17:30。フリースペースの開所・閉所にかかわらず行っております。
- ※2 22(土)の生活福祉相談、28(金)の生活相談は事前予約制となっております。受付または電話でご予約ください。
- ※3 レジンアクセサリーの作品を持ち帰りたい場合は 100 円がかかります。
- ※4 お茶会、おやつ作り、ランチ会は実費がかかります。お茶会・おやつ作りは 100 円、ランチ会 300 円です。おやつ作り、ランチ会の予約は受付けていませんので、当日プログラム開始時間までに来所してください。その場で集金し買い物にでかけます。
- ※5 気象や災害等によって大田区に警報が発令された場合は閉所となることがあります。

こうじやだより

11月号



2025.11.1 発行

編集・発行
〒144-0033 大田区東糀谷 1-14-14
社会福祉法人ブシケおおた
こうじや生活支援センター
Tel 03-5705-0738 (相談用)
03-5705-0744 (事務用)

11 月に入ると朝晩寒くなり、冬がすぐそこまで来ているなあと思います。北国では本格的に雪が降り始める頃ですが、東京でも乾燥や体の冷えを感じるようになってきます。「立冬」を迎える 11 月 7 日は 11 (いい) 7 (なべ) で「鍋の日」だそうです。温かい物を食べて体に気をつけて冬を迎えましょう。鍋の具材に美味しい白菜は風邪予防にもなるそうです。

糀谷地区一斉防災訓練のお知らせ

11 月 16 日（日）に糀谷地区一斉防災訓練が糀谷中学校で行われます。
東京消防庁のドローンが上がる予定です。体験コーナーもありますので、ぜひご参加して防災について一緒に考えていきましょう。
日にち：11 月 16 日（日）
時間：8 時 45 分 ※こうじやセンターに集合してください。

糀谷のまち ウォークラリー&コラボイベント

今年も 11 月 7 日（金）～20 日（木）にかけて、「第 7 回糀谷のまち ウォークラリー」が開催されます。
糀谷地区の各ポイントを周り、「歩いてチャレンジ」をすると、景品をもらうことができます。センターでも皆さんと一緒に参加したいと思っています。
また、11 月 8 日（土）にはコラボイベントとして、防災公園で輪投げ、ボッチャ等の各種体験会もあります。興味のある方はぜひご参加ください。
11 月 8 日（土）10 時 30 分 センター集合・出発となります。
※参加される方は歩きやすい靴と両手が空くようにセンターのロッカーもご利用の上、リュック等でご参加ください。

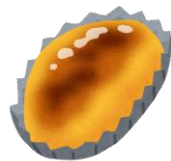


OTA ふれあいフェスタ 2025

11 月 1 日（土）2 日（日）に区内最大の区民まつり「OTA ふれあいフェスタ」が開催されます。平和の森公園、平和島公園、大森ふるさとの浜辺公園の 3 エリアで開催します。みこしパレードや飲食店がならぶごちそうストリートもあります。

お菓子作り

10月はスイートポテトを作りました。
サツマイモの皮をむき、水を貼ったボールで灰汁を抜き、電子レンジで茹でてつぶして砂糖・バターを加えて、再度レンジで加熱後、アルミカップに詰めて照り用の卵を塗りオーブントースターで焼きました。※レシピが欲しい方は職員にお声をかけてください。
皆さんから感想をいただきました。
甘すぎずおいしかった。
やけどに気をつけて混ぜ具合を声掛けあいながら作業した。
※次回はパンプキンプリンかアップルパイ集まった人で決めましょう。



ランチ会

今回は中華ランチを作りました。
麻婆豆腐と酢鳥を作りました。麻婆豆腐は、豆板醤と味噌、鶏がらスープ等自宅にもあるもので簡単においしく作れました。
次回はお弁当を作りピクニックに行きますので楽しみにご参加ください。



皆さんから感想をいただきました。
こんなにおいしくできるとはびっくりです。
次回のピクニックも楽しみです。



音楽

12月のクリスマス会でのお披露目を目標に、トーンチャイムの新曲3曲を練習中です。
きよしこの夜・よろこびの歌、聖者の行進
11月は新たにホワイトクリスマスを練習します。
ぜひ、ご参加ください。

エンゲリング～こうじやの輪～

ブロッコリーを育てています。大きくなったらみんなで食べましょう。
成長を見に来てください。

アート

9月、10月と10月25日のハロウィンイベントに向けてポスターや飾りを作りました。
地域の子供たちと一緒に楽しめるようにみんなで考えて作成しました。



メンバーミーティングの報告

意見箱…無し

連絡事項…台風接近中。開所の可能性もある為。天気予報に注意を。

11/16(日)防災訓練(糀谷中学校)
8:45にセンター集合

11/7～11/20ウォークラリー
11/8ウォークラリーコラボイベント

パソコン教室でメンバーさんが作りました
おたよりの作成をお願いしていますので、ぜひご参加ください

お知らせ、募集

メンバーミーティング年末年始のイベントの話をしたいと思います！

皆さんの意見をお聞きしたいので、ぜひ、ご参加下さい。

自主企画手話サークル

参加メンバーを募集中です！お気軽にご参加下さい。

未経験者大歓迎です！

■開催日時：11月10日（月曜日）14:00～15:00

■場所：2階

■メンバー：小松



実習生より

実習の間、利用者の皆さまや職員の皆さまにあたたかく迎えていただき、本当にありがとうございました。初めは緊張していましたが、声をかけてくださったり、一緒に作業やお話をしてくださったおかげで、楽しく学ぶことができました。各プログラムやミーティングなどを通して、利用者の皆さまが自分らしく、思い思いに過ごされている姿と、持っているパワーを発揮する姿がとても印象に残っています。日々の何気ないやりとりの中にも、たくさんの学びと気づきがありました。こうじや生活支援センターで過ごした時間を大切に、これからの歩みに生かしていきたいと思っています。

東京福祉保育専門学校

月岡恵子