



こころ野通信12月号



運営時間・閉館日

月曜～金曜 9:00～20:00
 土曜日 9:00～17:00
 閉館日 日曜日、年末年始(12/29～1/3)

フリースペース利用時間

月曜～金曜 9:00～18:00
 土曜日 9:00～15:00



都筑区生活支援センター こころ野

〒224-0033
 都筑区茅ヶ崎東4-13-40
 電話 947-0080(相談)
 511-7712(緊急・問い合わせ)
 HP <https://tuduki.jp/kokorono/>
 2022年 12月 第170号



【ご利用者の皆様へ重要なお知らせ】

★館内の“密”を避けるため、来館者が一定程度(10名程)となった場合に**ご利用をお待ちいただくことやお断りすることがございます**ので、あらかじめご了承ください。
 ★今後の社会情勢によっては、**昼食会やプログラム等も中止となる可能性がございます**。
 ご不便をおかけしますが、ご理解ご協力の程よろしくお願い致します。
 ご不明点等ございましたら、こころ野へご連絡ください。

【年末年始について】

2022年もあと1か月。残り少ない期間ですが防寒対策等、体調管理に気をつけましょう！
 ★2022年最後の開館日:12月28日(水) 昼食会なし
 ★年末年始の休館日 :12月29日(木)～2023年1月3日(火)
 ★2023年最初の開館日: 1月 4日(水) 昼食会なし



今月の

中川先生による嘱託医相談

12月6日(火) 13:30～15:00

場 所 こころ野多目的室

1日3名限定 お一人約30分



事前登録・予約が必要です。詳しくはこころ野へお問い合わせください。

クリスマス演奏会

12月16日(金)

13:30～14:30

締切 定員に達し次第、締切

定員 10名

参加費 無料



地域で活動されている演奏家、ラキラさんによるクリスマスコンサートが開演！
クリスマス直前に、素敵な演奏を聴いて幸せな気持ちになりましょう♪



リカバリー講座

12月21日(水)

13:30~15:00

講師 富士ソフト企画
 場所 こころ野フリースペース
 締切 定員に達し次第、締切
 定員 6名(要申込)



今回は「SST(ソーシャルスキル・トレーニング)を学ぼう!」です。10, 11, 12月の取組となります。社会で人と人との関わりながら生きていくために欠かせないスキルを一緒に身につけませんか。初めての方も大歓迎です。

外出プログラム

12月1日(木)

13:30~15:00

「新栄地域ケアプラザの写真展に行こう」

締切 11月30日(水)閉館まで
 定員 5名(参加者が2名以上で開催します)
 集合 仲町台駅 改札口前 13:30 15:00 現地解散
 せせらぎ公園を散策し、新栄地域ケアプラザで開催されている写真展に行きたいと思えます。
 ※詳細はセンター内の掲示ポスターをご覧ください。

Let'sストレッチ

12月5日(月)

11:00~11:30

場所 こころ野フリースペース

定員 5名(要申込)

楽しく皆でストレッチをしましょう☆



シネマ鑑賞会

12月14日(水)

14:00~16:00

場所 こころ野フリースペース

締切 定員に達し次第、締切

定員 8名(要申込)

今月の上映作品：「34丁目の奇跡」



クリスマスの飾りつけ

12月2日(金)

13:30~14:30

場所 こころ野フリースペース

締切 当日参加可 定員 10名

みんなでこころ野のクリスマス飾りをして、一緒にクリスマスを楽しみませんか。



クラフト講座

Xmasリース作り

12月9日(金)

13:30~15:00

場所 こころ野フリースペース

締切 定員に達し次第、締切

定員 6名(要申込)

Xmasリースを作ってお部屋をクリスマス気分！！



園芸プログラム

12月10日(土)

13:30~14:30

場所 こころ野前庭

※荒天中止、少雨実施

※当日は汚れてもいい服装でお越しください。



You&Me

12月22日(木)

14:00~15:00

場所 こころ野フリースペース

中川地域ケアプラザで活動されている傾聴ボランティアグループの「You&Me」さんが、こころ野にいらっしゃいます。ぜひゆっくりとお話してください。

