



# こころ野通信11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/>  
 2023年 11月 第181号



## 【ご利用者の皆様へ重要なお知らせ】

★R5.5.8から新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置づけが2類から5類に変更されたことにより、昼食時の人数やプログラムの参加人数などの行動制限を緩和していく方向で進めていきます。ただし、安心してこころ野をご利用いただくために「来館時の検温、手指消毒、換気」は引き続き行っていきます。

ご理解、ご協力のほどよろしくお願い致します。

★ゲーム用具の貸し出しを再開します。

オセロ、トランプなど使用したい方は職員にお声掛けください。

利用前には手指消毒もしくは手洗いをお願い致します。



## 【重要なお知らせ】

★11/17(金) 17時～18時「職員ミーティング」を行います。

ミーティング時間内のお電話はお控えいただきますようご協力をお願いいたします。

今月の

## 中川先生による嘱託医相談

11月21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。予約は11/1(水)から受付開始。締切は11/11(土)とさせていただきます。詳しくはこころ野へお問い合わせください。

## 【秋の演奏会】ベトナム民族楽器「トルン」の音色を楽しむ

11月22日(水) 14:00～15:00

場 所 こころ野フリースペース

定 員 20名

参加費 無料



ベトナムの楽器「トルン」の演奏を聴き、楽器に触れませんか。日ごろ味わうことのできない音色を一緒に楽しみましょう。お楽しみに！！





11/3日



11/23



# 外出プログラム

11月3日(金)

10:30~12:00

# 「都筑区民まつりに行こう！」

みんなで一緒にこころ野から出かけましょう。

時間： 10:30 出発 12:00 現地解散

集合場所： こころ野

※3名以上の申込で実施。当日参加も大歓迎！！

# Let'sストレッチ

11月8日(水)

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☆

# ピアを語る会

11月17日(金)

14:00~15:00

場所 こころ野フリースペース

締切 当日参加可 定員 10名

「最近はこんな気分」「こんな時、他の人はどうしているの？」など皆さんと色々なお話を楽しみたいと思います。全4回の開催を予定しています。(今後の予定:4回目:2/16金)



# You&Me

11月23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♪



# 園芸プログラム

11月25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。



# シネマ鑑賞会

今月の上映作品:

# 「すずめの戸締まり」

11月16日(木) 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 10名(要申込)



# リカバリー講座

11月29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 8名(要申込)

今回は「NLP」です。10, 11, 12月の取組となります。

様々な心理技法・コミュニケーション技法などを取り入れた技術です。特に五感(視覚、聴覚、味覚、嗅覚、触感)と言葉を大切にすることで人とのコミュニケーションをより良くとれるようになります。

初めての方も大歓迎です。



予告

# RakiraさんのXmasコンサート

12月上旬にXmasリースづくりも予定しています。

12月20日(水)13:30~14:30 場所 こころ野フリースペース

サンタさんがやってくる。皆で楽しくXmas気分をひたしましょう♪お楽しみに！！

