



# 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12月 第182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。

#### 【年末年始について】

2023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！

- ★2023年最後の開館日:12月28日(木) 昼食会なし
- ★年末年始の休館日 :12月29日(金)～2024年1月3日(水)
- ★2024年最初の開館日: 1月 4日(木) 昼食会なし

#### 【重要なお知らせ】

★12/20(水) 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

12月19日(火) 13:30～15:00

場 所 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12/1(金)から受付開始。締切は12/9(土)とさせていただきます。詳しくはころ野へお問い合わせください。

## クリスマス演奏会

12月20日(水) 13:30～14:30

場 所 ころ野フリースペース

定 員 20名

参加費 無料



今年もラキラさんによるクリスマス演奏会を行います。クリスマス曲を聞いたり、皆とクリスマスソングを歌ったりと楽しいひと時を過ごしたいと思います。お楽しみに！！



## ～クリスマスイベント～

## Xmasリースを作ろう

12月6日(水)

13:30～15:00

場所 こころ野フリースペース

定員 10名(要申込)

Xmasリースを作って、お部屋を  
クリスマス気分にししましょう。

## Xmas飾り

12月8日(金)

13:30～14:30

場所

こころ野フリースペース

一緒にこころ野の  
Xmas飾りを楽しみましょう。

## Let'sストレッチ

12月13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☆



## ゆるっとミュージック

～好きな音楽は何ですか?～

12月15日(金)

14:00～15:00

場所 こころ野フリースペース

定員 10名(要申込)

おすすめの冬<sup>の</sup>曲を持ち寄って、それを聞  
きながらトークを楽しみませんか。

## 園芸プログラム

12月16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&amp;Me

12月28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♪

## リカバリー講座

12月27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。

## 1月予告

## 大掃除



12月27日(水), 28日(木)

10:30～11:30

場所 こころ野フリースペース



・初詣 1/5(金)予定

・新年を祝う会「くさぶえ和太鼓」



Plus お正月メニュー

(日程は未定)

