

清戸の柱



ここは、子どもからお年寄りまで、誰もが集える
市民の交差点です。緑と笑いと歌声いっぱいの
福祉センターで今日もお楽しみください。

毎月開催! 前月の15日より受付します。

★コトコト cafe ★ 5/9 (金)

食を通じて誰でも気軽に立ち寄れる「コミュニティカフェ」がオープンしました。月替わりでシェフが交代する「ワンデーシェフ」のランチを、ワンコイン（500円）で楽しめるほか、ワークショップも開催。

今回のメニューは、

【野菜のゼリー寄せ】

【有機野菜のサラダ】

【わかめと野菜のスープ】

【豚の角煮】

【ポテトのキュウリロール】

【シフォンケーキ】



ワークショップは不要になったネクタイ生地で作るポーチ・めがねケース作り

次回は6月6日太巻き寿司ランチ

ワークショップはアロマクラフト作りです。

乞う御期待!

☆こころのCafé 4/12・5/11

4月…散歩しながらお話をしました。

5月…自分を癒す方法 200項目をチェックし、他の人はどんな方法で癒されているのか考えてみました。

☆おやこチャレンジ 動物パン作り講座 5/17

講師は日本製粉(株)クッキングパートナー佐藤加代子さん お父さん、お母さん、おばあさんと一緒にネコ、ブタ、カメ、ライオン等の動物パンを作りました。



☆子育て支援講座ハッピースマイル術

「ママたちの勉強会」 コモンセンスペアレンティングによるプログラムからセッションを6つに分け学んでいきます。



第1回～ほめて伸ばす効果的なしつけ～ 4/24

・セッション1「わかりやすいコミュニケーション」 抽象的な言葉を使わずに、具体的に表現する方法を身につけます。

・セッション2「良い結果・悪い結果」

行動の後の結果である親の対応に注目し、子どもの良い行動を増やし、悪い行動をへらす方を身につけます。

第2回 ～ほめて伸ばす効果的なしつけ～5/22

・セッション3「効果的なほめ方」

子どもが行った良い行動に対し、親がそれを認め、子どもの心に沿うことを身につけます。

・セッション4「予防的教育法」

子どもが問題行動を起こしてしまいがちな場面を事前に練習しておく方法を学びます。

第3回～ほめて伸ばす効果的なしつけ～6/26

・セッション5「問題行動を正す教育法」

子どもの問題行動に対して、親がして欲しい行動を説明し、練習させる方法を学びます。

・セッション6「自分自身をコントロールする教育法」

子どもが感情的になって反抗したり、泣き叫んだり、すねたりといった、親子の緊張感が高まる場面での対処法を身につけます。怒りのコントロール法として、落ち着きを維持するヒントも学びます。

☆就労のためのパソコン講座

就労のためのパソコン講座初級編が始まり今年も、たくさんの方にご参加いただきました。6月からは、中級コースが始まりさらにステップアップをしていきます。

今後の予定

- ★6/5・6 ステップアップコース
- ★6/12・13・14 中級コース
- ★6/18・19・20 ワード・エクセル知っ得講座
- ★カジダン・イクメン・イクジイ写真展

カジダン(家事に積極的な男性)・イクメン(育児に積極的な男性)・イクジイ(孫育ての積極的な高齢者世代の男性)の撮影作品を募集しています。入賞作品には景品をプレゼント致します。奮ってご応募下さい。

6/23～6/28 福祉センター1階ロビーにて展示します。

- ★7/19 おやこチャレンジ講座「手打ちうどん」

..老人福祉センター..

4月から二つの人気ロング講座が始まりました。

☆脳いきいきアート講座

日本臨床美術協会のプロプログラムに沿って、毎回違うモチーフをデッサンします。4月はオイルパステルの特徴を知るために線や曲線を描き、そこにできる様々な形の中に色を塗りました。



☆つるし飾り雑講座

毎年ご応募が殺到する大人気講座です。

☆アスレチック吹き矢講座

5/14・24・28・6/4・11 (全5回)



腹式呼吸が体にいいと、ここ数年話題になっている吹き矢の講座です。道具を手作りし、オリジナルの道具で吹き矢を体験しました。的までの距離を5m→10mにしたり、得点をつけて楽しみました。

今後の予定

- ★6/5・12・19・26 シニアゴルフ講座
(リトルグリーンヴァレー船橋にて)

..生きがい支援..

個人利用者を対象に支援員が講習をしたりレクゲームで、さらに老人福祉センターの利用を楽しんでいただいています。

4月・5月に作成した作品



今後の予定

- ★6/2・9 ナン作り講習
- ★6/12・19・26 折り紙絵講習
- ★7/24・31 メッセージカード講習
- ★8/7 うちわ作り講習

..福祉センター&みのり合同事業..

季節の行事で楽しみましょう。

☆春の会 4/2 お琴や尺八の演奏を聴きながら



お茶会

☆鯉のぼりまつり 5/2

ロビーには大きな鯉のぼりを飾り、お風呂は菖蒲湯と利用者さんに季節を感じていただきました。豆腐で作った白玉ぜんざいは即完売でした。

今後の予定

- ★あじさいまつり 6/18
大正琴の演奏・手作りの抹茶あずきケーキの販売
振込むな音頭
- ★七夕まつり 7/9
ギター演奏・ばらっば饅頭の販売

福祉センター利用サークル一覧表

| | 区分 | 団体名 | | 活動日 | 活動 | | 区分 | 団体名 | | 活動日 | 活動 |
|----|--------------|------------------|-----|--------------|----------|----|---------|----------------------|-----|-------|----|
| 1 | 手芸 | あかつき | 定期 | 第1水曜日 | 午後 | 30 | 卓球 | ポピークラブ | 定期 | 火曜日 | 午前 |
| 2 | 手工芸・染 | ハナミズキ | 定期 | 月曜日 | 午後 | 31 | 卓球 | 白井マスターズ | 定期 | 水、金曜日 | 午後 |
| 3 | ちぎり絵 | ヒナゲン | 定期 | 第3金曜日 | 午後 | 32 | ダンス | ダンシングフレンド | 定期 | 土曜日 | 夜間 |
| 4 | 洋裁 | リフォームの会 | 定期 | 第2第4水 | 午後 | 33 | ダンス | マイマイの会 | 定期 | 月曜日 | 午前 |
| 5 | 華道 | 生け花いずみの会 | 定期 | 第1第3火 | 午後 | 34 | 舞踊 | 踊り峰幸会 | 定期 | 木曜日 | 午後 |
| 6 | ギター | アマポーラ | 定期 | 水曜日 | 午前 | 35 | 空手 | 松門会 | 不定期 | | 午前 |
| 7 | 詩吟 | 詩吟栄風会 | 定期 | 月曜日 | 午後 | 36 | グランドゴルフ | 天璋会 | 不定期 | | |
| 8 | 大正琴 | 大正琴こもれば会 | 定期 | 水曜日 | 午後 | 37 | ゲートボール | 白井市ゲートボール | 不定期 | | |
| 9 | 三味線 | 三味線菊貴三会 | 定期 | 水曜日 | 午前 | | | 連盟 | | | |
| 10 | 陶芸 | 陶芸連 | 不定期 | | 午後 | 38 | バドミントン | あすなろクラブ | 定期 | 火、金曜日 | 午前 |
| 11 | 陶芸 | 縄文 | 定期 | 土曜日 | 終日 | 39 | 編み物 | ニット | 定期 | 第1第3木 | 午後 |
| 12 | 陶芸 | 楽陶会 | 定期 | 木曜日 | 終日 | 40 | 箏 | さーくる絃 | 定期 | 火曜日 | 午前 |
| 13 | 陶芸 | 光彩の会 | 定期 | 金曜日 | 終日 | 41 | ダンス | しろいシニアダンス | 不定期 | | |
| 14 | 陶芸 | 陶芸火曜会 | 定期 | 火曜日 | 終日 | 42 | ダンス | Sun Rise 桜台 | 不定期 | | |
| 15 | 陶芸 | 陶酔会 | 定期 | 水曜日 | 終日 | 43 | バドミントン | teamB | 不定期 | | 夜間 |
| 16 | 絵画 | 洋画教室リヨン | 定期 | 第1第3木 | 午後 | 44 | バドミントン | どすこい会 | 不定期 | | 夜間 |
| 17 | パソコン | M. Cクラブ | 定期 | 第2第4火 | 午後 | 45 | エコクラフト | クローバー | 定期 | 第2第4金 | 午後 |
| 18 | ゲーム | コントラクトブリッジ | 定期 | 水曜日 | 午前 | 46 | リコーダ | リコーダーアンサン | 定期 | 火曜日 | 夜間 |
| 19 | 人文・社会・ 科学 | 社)実践倫理宏正会 | 不定期 | | | 47 | コーラス | 混声合唱団虹 | 定期 | 第1第3金 | 午前 |
| 20 | 環境学習 | 谷田武西の原っぱ と森の会 | 不定期 | | | 48 | 英会話 | Let'sChat in English | 定期 | 土曜日 | 午後 |
| 21 | 体操・ヨガ | 自彊術 | 定期 | 火曜日 | 午前 | 50 | アスレチック | フークラブ | 不定期 | | |
| 22 | 太極拳 | 太極拳・火曜会 | 定期 | 第2第4火 | 午前 | | 吹き矢 | | | | |
| 23 | 太極拳 | 太極拳木曜会 | 定期 | 木曜日 | 午前 | 51 | バドミントン | 遊遊クラブ | 不定期 | | |
| 24 | バレーボール | ドリーム | 不定期 | | 夜間 | 52 | ダンス | RDピュア | 不定期 | | |
| 25 | バドミントン | 白井バドミントンクラブ | 定期 | 木曜日 | 午後 | 53 | 体操 | あじさい体操 | 不定期 | | |
| 26 | バドミントン | くれよん " | 定期 | 月曜日 第2第4木 | 午後 午後 | | | | | | |
| 27 | バドミントン | 桜台フレッシュ | 定期 | 火曜日 | 午後 | | | | | | |
| 28 | バドミントン | 桜台BFC | 定期 | 土曜日 | 午後 | | | | | | |
| 29 | バドミントン | おじょうず | 定期 | 金曜日 | 午前 | | | | | | |

平成 26 年 6 月 1 日

発行：社会福祉法人白井市社会福祉協議会

白井市福祉センター

住所：白井市清戸 766-1