ぷらっと11月号 はっとー息 NO.52 ぷらっとで



お1人暮らしの方必見!!初回は「目玉焼き!」

ぷらっとクッキングスタート!

10月からお家でも簡単にできる料理を学び合おう! と「ぷらっとクッキング」をスタートしました!! 初回は「目玉焼き!」毎週ランチ作りでお世話になって いるボランティアさんを講師にお招きし、皆で賑やか で楽しいひとときを過ごしましたよ(*'▽')/ 「あっちゃ~ 💦 」「やったー 🙌 」・・・シンプルかつ奥深い 卵料理に参加者の反応も様々(笑)。お水を入れたり、 ふたをするタイミングなどコツは掴めましたか?? 今後も月1回のペースで開催します。ぜひご参加下さい♪



第50回「ぷらっとのつど」」のご報告

10月のつどいでは、「バスハイクについて」をテーマに意見交 流を行いました。そこでは、「リバーウォーク(北九州)」「天拝坂 の食べ放題&温泉(筑紫野) 「長崎の平戸(新鮮な魚!) 「原鶴 温泉」「久留米の石橋美術館」「照葉リゾート(東区)」「糸島巡り」 「海側に行きたい」「綺麗な花が見たい」などの声がありました。 次回つどいのテーマは「お金以外で欲しいもの・・」です。



職員さんも参加されました。 これからも、「つどい」を通して /ていきましょう(*^-^{*})

☆11.19 スポーツ大会☆ Z ボッチャ

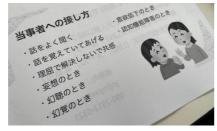
いよいよ今月19日(水)にスポーツ大会が開催されます!! 大会に参加した経験があるなしに関わらず、「われこそは!」 という方、ぜひご参加下さい。当日はつばめ福祉会のロゴが 入った特製 Tシャツを着て、みんなで戦いますよ~(^o^)丿 開会式などに合わせて少し早い集合出発になりますので、 事前の確認も一緒にしましょうね!ファイト~(/・ω・)/





中屋敷さん堂々発表!!~家族交流会で体験談~

10月の家族交流会では、中屋敷勇治さんをお招きし、 当事者の1人としての気持ちや関わり方など分かりやすく 発表して下さいました。沢山の学びと勇気を頂きました!





『防火訓練』に取り組みました!

ぷらっとでは年に2回「防火訓練」に取り組んでいます。 9月もハツ防災さんと連携し、火災が起きた時を想定して 避難訓練を行いました。通報の仕方から、消火器の使い方、

避難の際、特に職員 は「利用者さんが 落ち着いて避難行動 できるようしっかり 対応をする」等々・・・ 勉強になりました!



ぷらっと 2025年11月予定表



日	月	火	水	木	金	土	
	***	くり さんきょうだい	7485:	デーイラスト教室の/旧品です。秋らし、は腹が 色、てくる/旧です(笑)		1 将棋大会 13:30~14:30 カレー 🆦	
2	文化の日 3	4	5	6	7	8	
休館	お芋ほり 14:30~15:30		イラスト教室 15:30~16:30	ぷらっと クッキング!	休館	臨時休館	
			ミニランチ 👛	15:30~16:30			
9 休館	10	11	12 つどい(お話会) 11:00~12:00 イラスト教室 15:30~16:30	13 書道教室 13:30~15:00 ヨーガ教室 15:30~16:15	14 休館	15 オセロ大会 14:00~15:00 16 時閉館	
16	17	18	≥= 5 ン≠ 😁 19	20	21	22	
休館	ガーデニング サークル 15:30~16:30	実習生	合同スポーツ大会 ボッチャ (さん・さんプラザ) ミニランチ	書道教室 13:30~15:00	休館	清掃活動 15:00~16:00 カレー &	
23 ^{勤労感謝の日} /30 休館	振替休日 24 Wii 大会 14:30~15:30	25 16 時閉館	26 ウェルビーさんの SST 15:30~16:30 ミニランチ	27 ヨーガ教室 15:40~16:25	28 休館	UNO 大会 13:30~14:30 17 時閉館 カレー	

★2026年度登録更新のお知らせ★

ぷらっとは毎年12月が更新月となっています。 11月から2026年度分の更新手続きを開始します

のでどうそ宜しくお願い致します♡

■2026年度登録更新

(2025年12月~2026年11月)

■更新料: 1.000円(★ドリンク券3枚進呈) ※11月中に更新頂いた方には更に3枚進呈します!

- ■ぷらっとをご利用の全ての方が対象になります。
- ■以前の更新料を未納の方はその分のお支払いも お願い致します。
- ■住所、電話番号等の変更のある方はお知らせ下さい。



夏休みにポーランドに行かれていた有川先生が戻って 来られました♪ポーランドと言えば、かの有名なショパンⅢ ピアノの演奏をはじめ、旅先の風景をタブレットで見せて頂い たり、お土産に美味しいキャラメルをごちそうになったり・・・と とっても素敵なひとときをみんなで過ごすことができました♥





ハートメティア作品募集(メ切12月10日)

1月に開催されるハートメディアに出展する作品を募集 しています。書道ご手芸、写真や絵画などなど・・・みなさん 想いのこもったお作品をぜひご出展下さいませ(*'ω'*)





【お知らせ】

8日(土) 臨時休館

15日(土) ・25日(火) 16時閉館 ご不便をおかけします



地域活動支援センター I型 ぷらっと

https://www.tsubame-fukuoka.jp/facility05

〒814-0021 福岡市早良区荒江2丁目7-6

事務電話 : 092-400-7132 ほっとする電話(相談電話): 092-400-7144

