

はっぴー ネット

10月号

2017. 10. 1 (vol.189)

発行：社会福祉法人 長岡福祉協会
 地域活動支援センター サンスマイル
 住所：〒940-2035
 新潟県長岡市関原町3丁目甲483番地
 TEL：(0258) 21-0233 / FAX：(0258) 21-0260
 Email：hidamari@umatakanosato.com
 URL：http://www.umatakanosato.com/



地活ミーティングより

- 9月7日(木) 火災と地震の同時発生を想定した避難訓練を行ないました。今回、地震発生から避難完了まで、かかった時間は3分20秒でした。実際に、地震の後に火災が始まる確率が高いと言われています。



おさらい

地震→揺れが止まるのを待つ(状況を見て、避難) 避難の際は姿勢を低くし、口元を覆う。
 火災→緊急避難(すぐに避難する) 火元の扉は閉める。

日頃から、防災意識を持つことが大切です。各家でも、防災グッズの用意をおきましょう。

- 秋の紅葉狩りについてみなさんと話し合いました。幹事も決まりました。色々な意見がありましたので、これから検討していきたいと思います。

スポーツレクを楽しみました

9月6日(水)、みしま体育館にスポーツをしにでかけました。

参加メンバーは8人と賑やか♪

広々とした体育館でバドミントンと卓球をしてきました。みなさんとても上手で、スタッフも汗だくの真剣勝負でした。

それから、上の階では筋トレやランニングマシーンで40分も走ったメンバーもいましたよ。

お隣のスペースでは、保育園児さんたちがマーチングバンドの練習をしていました。とても可愛らしい姿を、みなさん笑顔で眺めていました。

「次はバスケもやりたいね」という声もありました。

また近々、企画していきたいと思います。



俳句投稿 HKさん

秋風や 心に染みる 恋の味

稲光 恐れを抱く 吾子の目に

ハンドルを 把む手固い 濃霧なり

星降る夜 大空馳せる 秋思かな

新米や 我が家に届く 明日の朝

紅葉狩りのご案内

日程：11月10日 金曜日

行先：未定

参加費：自分の昼食代(1,000円程度)
 おやつ代(300円程度 事前徴収)

持ち物：お小遣い・障害者手帳

申込締切：11月2日 木曜日

詳細は、10月13日の地活ミーティングにて



日	月	火	水	木	金	土
1	2 うどんミキサー チラシ作業 カフェりらん	3 うどん切り	4 うどんミキサー	5 うどん切り	6	7
8	9 体育の日	10 チラシ作業 陽だまり MM	11 うどんミキサー	12 うどん切り	13 地活 MM	14
15	16 うどんミキサー チラシ作業	17 うどん切り	18 うどんミキサー	19 うどん切り	20	21
22	23 うどんミキサー チラシ作業	24 うどん切り	25 うどんミキサー	26 うどん切り ピアサポート	27	28
29	30 うどんミキサー チラシ作業	31 うどん切り	ハロウィン	ハロウィン	ハロウィン	ハロウィン

【活動のご案内】

- * 昼食サービス・・・登録者を対象に、開所日の昼食を330円で提供します。前日までに予約が必要です。当日の申込みは350円になります。
- * 喫茶の勤務・・・工賃を支給します。
- * うどん作り・・・手打ちうどんを作って販売しています。工賃を支給します。
- * チラシ作業・・・チラシを詰める作業です。工賃を支給します。チラシがなくなり次第終了です。



* 開所時間：月曜～金曜 / 9:30～16:30

* 閉所日：土・日・祝日

* 交通アクセス

- ① 長岡駅大手口6番線 関原方面行きバス 『池の端』下車 徒歩すぐ
- ② 長岡駅大手口5番線 柏崎方面行きバス 『関原』下車 徒歩15分