



## 2019年1月 予定表



| 月  | 火  | 水                                | 木   | 金  | 土                            | 日  |
|--|--|----------------------------------|---|--|------------------------------|----|
|  | 1  | 2                                | 3   | 4  | 5                            | 6  |
| <div style="border: 2px solid blue; padding: 5px; text-align: center;"> <b>【年末年始休館のお知らせ】</b><br/>                     12月29日(土)～1月3日(木)は休館です。                 </div> |  |                                  |   | フリースペース                                  | フリースペース                      | 休館 |
|  |  |                                  |   | 菜園ワーク<br>14:00 - 15:00                   | 初詣<br>@鶴見神社<br>13:00 - 15:00 |    |
| 7  | 8  | 9                                | 10  | 11                                       | 12                           | 13 |
| フリースペース  | フリースペース                                  | フリースペース<br>お休み                   | フリースペース   | フリースペース                                  | フリースペース                      | 休館 |
| 東プラススポーツ<br>アワード<br>～ソフトテニス～<br>11:00 - 13:00  | 1年の<br>抱負ワーク<br>14:00 - 15:30            | ※面談は実施                           | ポスティング<br>オリエンテーション<br>& 練習<br>14:00 - 15:30<br>※雨天中止 | 鏡びらき<br>14:00-16:00                      |                              |    |
| 14   | 15                                       | 16                               | 17  | 18                                       | 19                           | 20 |
| 休館   | フリースペース                                  | フリースペース<br>お休み                   | フリースペース   | フリースペース                                  | フリースペース                      | 休館 |
|  | ポスティング<br>実施日①<br>14:00 - 16:00<br>※雨天中止 | 東プラ利用希望者<br>合同説明会<br>14:00-16:00 |   | ポスティング<br>実施日②<br>14:00 - 16:00<br>※雨天中止 |                              |    |
| 21   | 22                                       | 23                               | 24  | 25                                       | 26                           | 27 |
| 休館   | フリースペース                                  | フリースペース<br>お休み                   | フリースペース   | フリースペース                                  | フリースペース                      | 休館 |
|  |  | ※面談は実施                           | お楽しみワーク<br>14:00 - 16:00                              |  |                              |    |
| 28   | 29                                       | 30                               | 31  |  |                              |    |
| フリースペース  | フリースペース                                  | フリースペース<br>お休み                   | フリースペース   |  |                              |    |
|  |  | ※面談は実施                           |   |  |                              |    |

※ プログラムは全て「予約制」です。参加希望の方は、居場所スタッフ、または、1階の事務室へお声かけください。予約の手続きを行います。  
お電話での問い合わせは **TEL:045-642-7001** まで。

※ 集合/開催場所は、東部ユースプラザの2階です。(※一部 所外での開催もあり。)

※ 今月の女子会プログラムはお休みです。2月以降に開催予定です。

2018.12.21 発行

詳しくは裏面をご確認ください。

| プログラム                    | 日時                        | 主な内容   |
|--------------------------|---------------------------|--|
| 菜園ワーク                    | 1月4日(金)<br>14:00 - 15:00  | 新春から暖かくなるまでの間に何を植え、収穫するかをみんなで考えよう。<br>時間があれば、その準備の買い出しにもいきます！  |
| 初詣@鶴見神社                  | 1月5日(土)<br>13:00 - 15:00  | 2019年の祈願をしに、みんなで鶴見神社まで初詣に行こう！<br>日中だけど温かい服装できてくださいね。   |
| 東プラススポーツアワード<br>～ソフトテニス～ | 1月7日(月)<br>10:30 - 13:00  | 10時50分集合、東プラを11時出発！<br>今月は、潮田地区センターでソフトテニスをします！<br>身体を動かして気持ちをリフレッシュさせよう。<br>テニスの経験がない人も、ぜひ参加してください！ |
| 1年の抱負ワーク                 | 1月8日(火)<br>14:00 - 15:30  | 新しい年をどんな一年にしたいですか？<br>2018年を振り返りながら、今年の抱負を見つけるワークを行います！  |
| 鏡開き                      | 1月11日(木)<br>14:00 - 16:00 | 一年の無病息災を願って鏡びらきをしよう！<br>みんなで鏡もちを食べます！お汁粉？きな粉？磯部巻き？   |
| お楽しみワーク                  | 1月24日(木)<br>14:00 - 16:00 | みんなで楽しめる活動を行います！<br>ゲーム？映画鑑賞？それとも別の企画？みんなで決めましょう！<br>当日は13時半に東プラに集合してください！！                          |

| 就労体験講座                           | 日時                               | 主な内容  |
|----------------------------------|----------------------------------|---|
| ポスティング<br>オリエンテーション&練習<br><雨天中止> | 1月10日(木)<br>14:00 - 15:30        | ポスティングの説明と練習を行います。作業方法はもちろんのこと、作業を通じて、あいさつの大切さ、仕事の進め方や考え方、うまく作業する為のコミュニケーションを体験を通して学べます。体験を迷っている方も、まずは話を聞いてから判断できます。オリエンテーションだけの参加になっても大丈夫です。 |
| ポスティング①②、予備日<br><雨天中止>           | 1月15日(火)、18日(木)<br>14:00 - 16:00 | スタッフが同行して実際の作業をします。やることを整理・把握して行動してみよう。あたまではわかっている、なかなかうまく行動できないもの。わからなくなった時にはスタッフに相談しながら作業を進めましょう。今の自分にできること、できないことがわかって自信につながります！           |

## Topy's Columns

みんな、新年あけましておめでとー！(配布を始める頃はまだ旧年だけどね...)Topyだよ！みんな年末年始はどう過ごしたのかな。食べ過ぎたり、飲み過ぎたり(?)していないかな？

1月の東プラはそんなみんなと一緒に、初詣でや鏡開きといったイベントして、一年の幕開けを体感できるイベントを行います。また、食べ過ぎ、飲み過ぎのみんなとは、スポーツセンターでソフトテニスをして、一緒に汗を流しに行こうね。また真面目な企画として今年をどんな一年にしたいかを考える抱負を探すワークもするよ！

ステキな、充実した一年に出来るように、今年も東プラを利用してね☆

