

～11月の予定～

発行元：NPO法人星槎教育研究所

月 【TRY (トライ)】	火 【アクティビティ】	水 【自立グロウ】	木 【シュミミック★】	金 【自分磨き】
	1 【ホメオストレッチ】 14:00～	2 【保護者面談】 15:00～	3 祝日・文化の日でお休み	4 【文化部】 14:00～
7 【川合タイム】	8 【ほっこりお茶会】 14:00～	9 【心理教育プログラム】 14:00 【保護者面談】 15:00～	10 【OHANA ブランチ】 10:30～15:00	11 【D○!スポーツ!!】 15:15～16:45
14 【川合タイム】	15 【お絵かきタイム♪】 14:00～15:30	16 【保護者セミナー】 10:30～ 【保護者面談】 13:30～	17 【神楽坂さんぽ】 13:00～15:00	18 【文化部】 14:00～
21	22 【パステルシャインアート】 14:00～15:30	23 祝日・勤労感謝の日でお休み	24 【OHANA 倶楽部】 13:00～15:00	25 【夜チャート】 *この日は21時まで開所します!!
28 【川合タイム】	29 【OH! SANPO!】 12:30～	30 【心理教育プログラム】 14:00～15:00		居場所に慣れていない人も 参加しやすいプログラムです。

★開所時間★

月・火・水・金・・・12:30～18:00
木・・・10:30～15:00

※木曜日の開所時間は10:30からになります。

※プログラムの時間はそれぞれ異なりますので、上の予定表をご確認ください。

★お知らせ★

随時HPを更新しておりますので、新情報(天候不良による閉所など)につきましては、下記ブログをご確認ください。

ブログ http://blog.goo.ne.jp/littlestar_constellation

【 TRY (トライ) 】 講師：川合雅久先生

★川合タイム★ 11/7・11/14・11/28 (月)

*特に時間の指定はありません!

自己回復力+自己免疫力+自己治癒力+自己決定力=かわいタイムはすべての要素を含んだ時間です。メンバーの皆さんの「やりたい!」の声を大事にしながら、毎回、何が起るかわかりません。「こんなことやってみよう!」「こんなことを知りたいの!」という思いがある人は、川合先生にどんどんお話ししてみてください。何をやりたいかわからない人も、安心して参加してくださいね。参加していくうちに、思いが湧き上がってくるかもしれませんよ!

【シュミミック★】

★OHANA ブランチ★ 11/10 (木) 10:30～ 担当：川合 (理)

*事前予約をお願いします! *参加費 200円くらい

今月は「チャーハン」を作ります。(リベンジ?!) 買い物～調理～食事と行きます。調理や食事だけの参加もOKです! (*その場合は事前にお知らせください) 普段料理をしない人も是非参加してくださいね!

★神楽坂さんぽ★ 11/17 (木) 13:00～15:00 担当：福井

今月は【新宿歴史博物館】へ行きます。片道25分ほど歩き、チャートがある新宿区の原始～現代の歴史と一緒に学びましょう! 入館料300円を用意してください。入館料の減免ができる書類があれば持参してください。

★OHANA 倶楽部★ 11/24 (木) 13:00～15:00 担当：菊地

OHANAとはハワイ語で『家族』を意味します。安心感をもって、人との交流を楽しむ時間です♪初めて来た人も参加しやすいゲームをしたり、おしゃべりなどなど・・・その時集まったメンバーで何をするかを決めます。

★心理教育プログラム★ 11/9・11/30 (水) 14:00～15:00

*時間が変更しました。ご注意ください! 担当：栗田

自己理解と他者理解のための心理教育プログラムが始まりました。世の中をうまく生きていくためのコツは、自分と他人の心理を理解することに他なりません。このプログラムでは座学やワークを通して様々な心理について学びます。

皆様のご参加をおまちしております。

【 アクティビティ 】

★ホメオストレッチ★ 11/1 (火) 14:00～ 講師：川村先生

今月の座学は「リラックス法 呼吸と姿勢を整える」をテーマに学びます。ゆっくりと心地よい時間を過ごしましょう。15時から、ホメオストレッチのケアを受けることができます。四名の方限定なので、事前予約をしていただいた方が確実に受けることができます。(※先生と1対1でひとりずつ行きます。といってもケアを受ける人はただベッドに寝ているだけ。ゆったりとしたリラクゼーションを体験して、眠くなる人もいますよ!)

★ほっこりお茶会★ 11/8 (火) 14:00～15:30 担当：川合 (理)・大森

女性限定のプログラムです。(※居場所は通常通り開所しています) お茶を飲みながら、おしゃべりしながら、手作業を楽しみませんか? 何をするかはただいま考え中です、アイデアがある人は教えてね!

★お絵かきタイム♪★ 11/15 (火) 14:00～15:30 担当：大森

一枚の画用紙をつかい、みんなで力を合わせて一つの絵を描いていきます。その間、会話をすることはできません。絵を通して、言葉を使わないコミュニケーションの体験をしてみませんか? 絵の上手い、下手は関係ないので、一緒に楽しみましょう。

★パステルシャインアート★ 11/22 (火) 14:00～ 講師：国重先生

パステルシャインアートは描いて癒され見て癒される不思議なアートです。自分の内なる心と話してみませんか?

(パステルという画材を使って、テーマに沿って描いています。絵のうまい下手はまったく関係ないのでお気軽に体験してみてください☆)

★OH! SANPO!★ 11/29 (火) 12:30～ 担当：塚田

秋の紅葉が綺麗なこの時期に、調布の「深大寺」へ行きます♪ 鬼太郎茶屋も行くよ! 風情ある雰囲気を楽しみましょう! (交通費は片道550円～600円くらい)

【 自分磨き 】

★文化部★ 11/4・11/18 (金) 14:00～ 担当：大森・菊地

文化部後期(11月～3月)の活動の話し合いを10月に行い、後期は「アニメ部」「ユーチュー部」「聖地巡り部」「お絵かき部」と前期とはリニューアルした活動内容となっています。自身の好きなことを通じて語りあったり、興味のあることについて一緒に時間を共有しませんか?

11/4「聖地巡り部」「お絵かき部」(この日は菊地が休みの為、川合(理)が代わりにいます。)

11/18「アニメ部」「ユーチュー部」

★Do!スポーツ!!★ 11/11 (金) 15:15～16:45 担当：福井

バドミントン★リターンズ!! 今度は榎町地域センターで、天井を気にせず(笑)プレイしましょう!! 運動しやすい服装、タオル、飲み物を忘れずに。

【 秋のイベント 】

★夜チャート★ 11/25 (金)

年2回のお楽しみイベントです!! この日は21時まで開所しています♪♪ そろそろ寒くなってきたので、お鍋でもやりませんか? 夕方から買い物へ出かけ、その後調理をします。

◆□◆□◆プログラムの参加について◆□◆□◆

□材料の準備・座席の用意などがありますので、電話・メール・参加者名簿(チャート入り□)への記入にて、事前の予約をお願いしています。ご予約いただいていない利用者の方は参加人数によってご遠慮いただく場合がありますのでご了承ください。

星槎教育研究所 CHART03-5225-6245 chart@seisa.ed.jp

□開始予定時間の前に到着出来るように心がけてください。

□プログラムへの参加は、ご登録されている方に限ります。「保護者対象」と明記のあるもののみ、保護者の方がご参加いただけます。

ご協力よろしくお願いいたします。