

～9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】
9/5(火)～12(火) 川合先生はタイです。				1 【文化部】 14:00～
4 【川合タイム】	5 【ホメオストレッチ】 14:00～	6	7 【OHANA ブランチ】 10:30～	8 お試し企画！ 【手芸くらぶ】※詳細は表面！ 14:00～
11	12 【コミュニケーションゲーム】 14:00～	13 【保護者面談】14:30～	14 【OHANA 倶楽部】 13:15～	15 【文化部】 14:00～
18 敬老の日でお休みです	19 【パステルシャインアート】 14:00～	20 【保護者セミナー】10:30～ 【保護者面談】13:30～	21 【神楽坂さんぽ】 13:30～	22 【男子会・2】 14:00～ ◆SCS カンセリク 研究所スタッフ 三宅正之さんと盛り上がる
25 【心の健康対策本部！】 15:30～17:00	26 【創作サークルものづくり】 14:00～	27 【保護者面談】14:30～	28 【OHANA 倶楽部】 13:15～	29 【Do!スポーツ】 15:10～

★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（天候不良による閉鎖所など）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★ 9/11(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たい！」「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 ★ 9/7(木) 10:30～ 担当：福井・大森

*事前予約をお願いします！*参加費200円くらい。食べるだけでもOK！
「豆腐つくねの甘だれ焼き」を作ります。豆腐入り鶏つくねでふわふわです！食べるだけでもOKですよ～。ご予約お待ちしております！

★ OHANA 倶楽部 ★ 9/14・28(木) 13:15～15:00

担当：福井・大森

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・・・その時集まったメンバーで何をするかを決めます。

★ 神楽坂さんぽ ★ 9/21(木) 13:30～15:00 担当：福井

<文京ぶらりさんぽ>今月は本郷三丁目～春日を歩きます。樋口一葉ゆかりの地や文京シビックセンターの展望台などを訪れるコース。14:00に都バス「本郷三丁目」停留所に集合(または13:30までにチャートに集合⇒バスで移動)します。解散は文京シビックセンター(地下鉄「春日」駅、都バス「春日駅前」停留所)です。都バス運賃の減免を受けられる人は、証明書を忘れずに。

【 アクティビティ 】

★ ホメオストレッチ ★ 9/5(火) 14:00～ 講師：川村先生

「肩甲骨はがし」第2弾！今月はフェイスタオルを使ってストレッチしていきます。参加される方はフェイスタオルを持参してください。セラピーは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。

(※座学の後、セラピーを行ないます。先生と1対1でひとりずつ行いますが、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、眠くなる人もいるんですよ！)

★ コミュニケーションゲーム ★ 9/12(火) 14:00～ 担当：大森・平原

参加者同士で相談したり聞き取りをしたりするゲーム。5月以来の再登場です！

★ パステルシャインアート ★ 9/19(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☆)

★ 創作サークルものづくり ★ 9/26(火) 14:00～ 担当：平原

必ず予約をお願いします。
今月は缶バッジを作ります。意外と簡単に作れてしまいます。オリジナルの缶バッジを作りたい人はぜひ参加お待ちしております。材料の準備がありますので必ず予約をお願いします！

【自分磨き】

★ 文化部 ★ 9/1・15(金) 14:00～15:30 担当：大森・平原

みんなで話し合いをして決まった部活、どんなことをしていこう？！

◆9/1…アニソン部・イラスト部

◆9/15…アニメ部・聖地巡り部

★ Do!スポーツ ★ 9/29(金) 15:10～16:45 担当：福井

今月は榎町地域センターで軽スポーツデー。卓球、バドミントン、バランスポールなどを予定しています。参加する人は15:00までにフリースペースに集合！

【自立グロウ】

★ 心の健康対策本部！ ★ 9/25(月) 15:30～17:00 担当：高岡

重たい気持ちを軽くして、毎日の暮らしを過ごしやすいものにするためのプログラムです。認知行動療法という心理療法の理論に基づき、不安や憂うつに効く技をみんなで練習します。とても簡単なところから始めるのでお気軽にご参加下さい。

※今月は曜日が月曜日に変更になっていますので、参加される方は気を付けてください

◆□◆□◆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。ご予約いただけ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が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。