

# チャート通信6月号

URL [https://edunpo.seisa.ac.jp/?page\\_id=44](https://edunpo.seisa.ac.jp/?page_id=44)

ブログ [http://blog.goo.ne.jp/littlestar\\_constellation](http://blog.goo.ne.jp/littlestar_constellation)

Twitter @CHART20110401

NPO 法人星槎教育研究所  
スタッフ一同

## 《今月のおすすめプログラム》

### 「OHANA プランチ」

第1週木曜日に行っている調理のプログラムです。参加者が食材の買出しに行って、調理をして、食べて、片付けをして、次のメニューを考えるまでのプログラムです。でも、調理はしたくないけど食べたい！という人は、食べるだけでもOKです！

今年度は、「世界の料理」をテーマに調理をしています。「誰もが知っている」料理から「誰も知らない」料理までいろいろ作っています。家にいるとなかなか料理を作ることがない人が多いと思いますので、チャートに来て料理を覚えて、家で家族に作って振舞ってみてはいかがでしょうか？

ちなみに今月のメニューは、ノルウェーの「ヒョットカーケ（肉のケーキ）」〈ノルウェー風ミートボール〉です。クリームソースにイチゴジャムの甘みがさわやかなミートボールです。ミートボールにイチゴジャム？と思うかも知れませんが、一度食べてみて下さい！

このプログラムは必ず予約をお願いします。参加費¥200 前後かかります。



## ★保護者対象セミナー★

チャート利用者の保護者の方を対象にした『保護者対象セミナー』を開催します。

【日時】6月20日（水）10:30～

**要予約**

【講師】フリースクール英明塾代表

川合 雅久氏

## ★今月の個別相談★

**要予約**

\*川合雅久先生とチャートスタッフが二人体制でお話を聞かせていただきます。

★予約受付は6月1日からになります。

- ・6月13日(水)
  - ① 13:30～ ② 14:30～
- ・6月20日(水) (保護者セミナー終了後)
  - ① 13:30～ ② 14:30～
  - ② 15:30～ ④ 16:30～
- ・6月27日(水)
  - ① 13:30～ ② 14:30～

※フリースペース利用者の保護者の方も是非ご参加ください！お待ちしております。

※川合先生の面談は水曜日になりますが、チャートスタッフによる面談は別日でも可能です。お問い合わせください。



## 《スタッフの今月のつばやき》

通勤路にアジサイが咲き始めました。ピンクや青、紫、白などのまるい品種もよいですが、ガクアジサイもすてきです。うっとうしい梅雨の時期に入りますが、毎日の生活の中に季節の変化を感じて、穏やかに乗り切って行きましょう。(スタッフF)



# 6月スケジュール



月	火	水	木	金
				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 ランチ】 10:30～	8 【写真で語ろう♪】 15:30～
11 【川合タイム】	12	13 【保護者面談】	14 【OHANA 倶楽部】 13:15～	15 【文化部】 14:00～
18 【川合タイム】	19 【パステル シャインアート】 14:00～	20 【保護者セミナー】 【保護者面談】	21 【神楽坂さんぽ】 13:00～	22 【D○!スポーツ】 15:30～
25 【川合タイム】	26 【創作サークル ものづくり】 14:00～	27 【保護者面談】 【心の健康対策本部!】 15:30～	28 【OHANA 倶楽部】 13:15～	29

## ★プログラム予約締切日★

- ☆ホメオストレッチ・・・(座学4～5名、施術4名限定) 前日(6/4)まで
- ☆OHANAランチ・・・・・・・・前日(6/6)まで(食べるだけの人もOK)
- ☆創作サークルものづくり・・・材料の準備があるので前週金曜日(6/26)まで

### ◆□◆□◆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たします。

# チャートプログラム



◆『川合タイム』・・・「こんなことがやりたい!」「こんなことを知りたい」等々、川合先生にお話ししてください。

- ◆第1週『ホメオストレッチ』・・・今月のテーマは「雨の日の過ごし方」です。雨の日はなぜ不調・憂うつになるのでしょうか?雨の日を快適に過ごすための方法を学びます。先生の**施術を希望される人は予約を忘れず**をお願いします。施術は4名限定です!
- ◆第3週『パステルシャインアート』・・・パステルを使って指先で絵を描いて癒されて、見て癒される不思議なアート。今月は、塩見先生です。
- ◆第4週『創作サークルものづくり』・・・今回はチクチクお裁縫。巾着袋を作ります。お家にある布地があれば持ってきてくださいね。



◆第4週『心の健康対策本部!』・・・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。今年度は、水曜日に変更になっています。まだ、出席しことがない方、ぜひ1度出席してみてください。新たな発見があるかもしれません。ただいま「アンガーマネジメント」シリーズを実施中。

- ◆第1週『OHANA ブランチ』・・・買い物へ行き、調理をしてみんなで食べるプログラムです。食べるだけでもOK。参加費がかかります。今月は北欧ノルウェー。「ヒョットケーキ(肉のケーキ)〈ノルウェー風ミートボール〉」です。今回は**パン or ご飯を持参して下さい。**
- ◆第2・4週『OHANA 倶楽部』・・・OHANAはハワイ語で「家族」。ゲームやおしゃべりをして人との交流を楽しむ時間です。
- ◆第3週『神楽坂さんぽ』・・・少し遠出して江戸屈指のレジャースポット「目黒不動尊(瀧泉寺)」へ行きます。東京メトロ目黒駅 13:45 集合、または神楽坂駅 13:15 発で向かいます。



第1・3週『文化部』・・・「美術館めぐり部」第1週目にどこへ行くか話し合いたいと思います。そして第3週目にみんなで決めた場所へ行きたいと思います。  
第2週『写真で語ろう!』・・・テーマはです。参加希望の方は、「近所の名所」または「好きな場所」の写真を2枚撮っておいてくださいね。  
第4週『Do!スポーツ』・・・

※プログラムの詳細は、ホワイトボードまたはHP等をご覧ください。

※プログラムは諸事情により変更になる場合があります。

※プログラムは基本14時開始です。「心の健康対策本部」は15:30~17:00です。プログラムによっては時間の変更があります。スタッフに確認してください。

## ♪チャート活動報告♪

5/24(木) 就労移行支援施設へ見学・体験に行きました！



SAKURA 早稲田センターさん

就労について考えようと思ったけれど、何から始めたらよい？という意見がメンバーから出ることがあり、今年度は月一回ペースで希望者と一緒に就労支援施設の見学に行っています。今回は6月に新規オープンする「SAKURA 早稲田センター」さんにおじゃましました。チャートから徒歩5分の場所にあります。事業説明の後、プログラム体験(Excel)に参加。利用者の学びのスタイルを考えた支援施設でした。

★見学してみたいところがある人はスタッフにご相談ください。



発行元

NPO 法人星槎教育研究所

〒162-0806 新宿区榎町45番地 さくらビル2F

TEL 03-5225-6245

FAX 03-5225-6246

MAIL [chart@seisa.ed.jp](mailto:chart@seisa.ed.jp)