

体験

9/25 (水) 染谷農場稲刈り体験

染谷農場様のご協力で稲刈り体験に行ってまいりました。厳しい暑さも落ち着き涼やかな曇天の下、鎌を使い稲刈りやコンバインで脱穀体験をさせて頂きました。稲の品種はコシヒカリで、厳しい暑さの中、頑張って良く育ったとの事でした。地元の小学生の皆さんもいらして、参加された方からは「初めての体験で、昔の方は鎌で大変な作業だったのですね。一粒一粒感謝して食べなければ」等感想を頂きました。帰りには稲穂と新米も頂きました。ご協力頂きました染谷会長、皆様ありがとうございました。



講座

9/26 (木) 盆踊り体験



みんなで輪になり「炭鋤節」「東京音頭」「花笠音頭」「柏踊り」を踊りました。初めは踊れる方の見様見真似でしたが、1~2回踊ると振付を覚え、掛け声をかけたり歌ったりしながら踊り、大変盛り上がりしました。参加された方からは「楽しかった、またやりたい、いい運動になった」等感想を頂きました。スチャラカチャン(^_^)

- ✓ 自宅で検温の上、来所いただけるようお願いします。
- ✓ 37.5度以上の発熱など風邪症状のある場合は来所を控えてください。
- ✓ せきエチケットの観点から、職員はマスクを着用しています。
- ✓ 面談・講座などはソーシャルディスタンスを保ち実施しています。



柏市地域生活支援センターあいネット/千葉県柏市柏 5-8-12 教育福祉会館 1F

04-7162-5933/ainet2@kazenomura.jp/月-金曜日(祝日除く) 8:30-17:30

あいネットでは、柏市から委託を受け、福祉に関するご相談をお受けしています。あいネット就労準備支援室では、仕事やコミュニケーション、生活リズム等に不安のある方へのご相談や講座、プログラムを実施しています。“スクラム”では、毎月の講座スケジュール、就労支援プログラム、職業体験やボランティアの説明、相談員の活動報告等をお届けします。



No.104 11月号 2024/10/15 発行

体験

9/3 (火) 長全寺坐禅会

長全寺様のご協力で、坐禅会を開催して頂きました。曹洞宗の坐禅は「只管打坐(しかんたざ)」、ただひたすらに坐するという事です。何か他に目的があってそれを達成する手段として坐禅をするのではありません。坐禅をする姿そのものが「仏の姿」であり、悟りの姿と考えております。最初に坐禅の坐り方から教えて頂き、坐禅の開始です。約15分程でしたが、あっという間に時間が過ぎていきました。堂内に流れる気持ちの良い風を感じ、様々な雑念が浮かんでまいりました。その後、「般若心経」をご唱和させて頂きお焼香後、武田住職様からご法話を頂きました。ご法話では「皆さんは仏縁があり、今ここにいらしてあります。私たちの命は、一人ひとりが代わりの無い尊い存在です。だからこそご自身の命と、同じ命である他の人々の命を大切にしなければなりません。自分が生かされている事に感謝の気持ちを持ち、今この瞬間を大切に丁寧に生きて下さい。皆さんお一人お一人が自分の人生の主演なのです。」等頂きました。その後お茶を頂きながら、ご質問にも丁寧にお答え頂き、皆様からも「お墓の事が聞けて良かったです。初めての経験楽しかったです」等感想を頂きました。武田住職様、役僧の皆様ありがとうございました。




体験

9/2 (月) 柏市中央体育館清掃



中央体育館玄関前の花壇のお手入れと、トレーニングジムの清掃作業に行ってまいりました。花壇はお花もすでに咲き終わり、次のお花の為に除草作業を行いました。トレーニングジムは、色々なマシーンを、皆様気持ちよくトレーニング出来る様、丁寧に消毒・清掃を致しました。ありがとうございました。

- 面談・内職・パソコン講座・職業適性検査・車いすメンテナンス等 [個別相談] [職業体験] [ボランティア] は、随時受け付けています。
- 室内での講座は出入り自由です。参加希望の方はスタッフにご予約ください。

日	月	火	水	木	金	土
 <p>ラコルタ柏フェスティバル2024 日時: 11/9 (土) 正午-16:00 11/10 (日) 10:00-16:00 会場: ラコルタ柏 (柏市教育福祉会館) ラコルタ柏で活動する団体が発表や体験会を行います。あいネットも参加し利用者様の作品展示・販売、フードドライブのご寄付の受付を行います。</p>		<p>～イベント・講座のご案内～ あいネット×あ・えーるワークスコラボ企画講座 No.2 エゴグラム-自己理解を深める- 日時: 11/14 (木) 14:00-15:30 会場: あ・えーるテラス (ラコルタ柏1階) エゴグラム (自我 (エゴ) のバランスを示すグラフ) を作成して自分への理解を深めませんか? 皆様のご参加をお待ちしています!</p>		1	2	
3	4	5	6	7	8	9
	振替休日	個別相談 面談・内職・パソコン講座 14:00-16:00 アパート清掃 Vol.15	9:30-12:00 体験 Vol.16 -布施弁天清掃- ご法話- 14:15-15:30 フードドライブ回収 Vol.15	個別相談 面談・内職・パソコン講座 14:00-15:00 メンタルヘルス Vol.8 -不眠症-	個別相談 面談・内職・パソコン講座・職業適性検査	
10	11	12	13	14	15	16
	個別相談 面談・内職・パソコン講座・職業適性検査	個別相談 面談・内職・パソコン講座・職業適性検査	10:40-13:30 ちょいスポ Vol.2 -卓球- 個別相談 面談・内職・パソコン講座	個別相談 面談・内職・パソコン講座 14:00-15:30 あいネット×あ・えーるワークスコラボ企画講座 No.2 エゴグラム-自己理解を深める-	9:50-11:20 諏訪神社清掃体験 Vol.8 個別相談 面談・内職・パソコン講座	
17	18	19	20	21	22	23
	個別相談 面談・内職・パソコン講座・職業適性検査	個別相談 面談・内職・パソコン講座 14:00-16:00 アパート清掃 Vol.16	14:15-15:30 フードドライブ回収 Vol.16 個別相談 面談・内職・パソコン講座	個別相談 面談・内職・パソコン講座 14:00-15:30 家計講座 Vol.2 -お金にまつわるリスク-	個別相談 面談・内職・パソコン講座・職業適性検査	
24	25	26	27	28	29	30
	個別相談 面談・内職・パソコン講座・職業適性検査	個別相談 面談・内職・パソコン講座・職業適性検査	個別相談 面談・内職・パソコン講座・職業適性検査	個別相談 面談・内職・パソコン講座 14:00-15:00 PCグループ講座 Vol.8 -年賀状-	個別相談 面談・内職・パソコン講座・職業適性検査	

就労支援プログラム・講座

随時	随時	随時
パソコン講座 ご希望に合わせてパソコンの基礎から丁寧に教えます。初心者の方も安心してご参加ください。	内職 軽作業を中心とした内職作業を行っています。内職が可能な時期や作業内容はスタッフにご確認ください。	職業適性検査 職業適性能力を測定する検査や、作業処理能力や集中力を評価する検査、5つの自我状態を測定する性格分析検査などを行います。
11/5(火)・11/19(火)	11/6(水)	11/7(木)
アパート清掃 4階建てアパート共有部分の清掃体験です。階段、踊り場、駐輪場等のお掃除となります。	布施弁天清掃・ご法話 関東三大弁天のひとつ、布施弁天東海寺にて清掃ボランティアを行い、ご法話を拝聴します。	メンタルヘルス -不眠症- 不眠が長引くと心身の不調が現れ生活にも支障が出ます。不眠症やその治療に関する一般的な情報をお伝えします。
11/13(水)	11/15 (金)	11/21(木)14:00~15:30 家計講座シリーズ第2弾! -お金にまつわるリスク- お金の借入れの「怖さ」について 賢くお金と付き合っていくために、クレジットカードの借入れでのリボ払いなどのリスクやソフト闇金からの借入れの「怖さ」について実例を通して学んでいきましょう。
ちょいスポ -卓球- 柏市中央体育館で卓球をします。気持ちのよい汗を流して楽しみましょう! ◎上履きをご持参ください。	諏訪神社清掃体験 柏総鎮守とされる諏訪神社での境内の清掃です。清掃後、宮司様よりお話を頂く予定です。	
11/28(木) PCグループ講座 -年賀状- Wordを使って来年の年賀状を作成します。あなたならではのアイデア溢れる年賀状を作ってください。		

職業体験・ボランティア

車いす・福祉用具 メンテナンス & 体験	エグチライスファーム (ぶどう園)	柏市動物愛護 ふれあいセンター
車いすや福祉用具のメンテナンス・体験で世界観を広げませんか。個別対応で実施受付中。	通年でのぶどう栽培 (ワイン用) のお手伝いです。ぶどう畑は手賀沼を見下ろす丘の上にあります。	諸事情で引取られた猫ちゃん・ワンちゃんのお世話です。自分の時間に合わせてお手伝いできます。
あけぼの山農業公園 / 柏の葉公園	布施弁天 東海寺 / 東光山 医王寺 / 戸張山 長全寺	柏染谷農場 / わかたけ社会 センター / 嵐の家農園
柏を代表する美しい公園での環境美化ボランティア体験です。ご希望に応じて公園を選べます。	関東三大弁財天の真言宗東海寺、古刹浄土宗医王寺、曹洞宗別格地長全寺の清掃体験ができます。	農作業 (米・ジャガイモ・さつま芋・里芋等)、養鶏体験、ブルーベリー畑でのお手伝いです。