

- 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。

月	火	水	木	金	土	日
ラコルタ柏フェスティバル 2025のご案内 会場：ラコルタ柏(柏市教育福祉会館) 日時：11月8日(土)12:00~16:00 9日(日)10:00~16:20 あいネットも1Fロビーにて、 フードドライブ(食品の回収)、ご利用者さまの手芸作品の 展示販売をおこないます。 ※詳しくは「ラコルタ柏フェスティバル 2025」で検索					1	2
3	4	5	6	7	8	9
文化の日	10:30-12:00 アパート清掃 Vol.15	個別相談 面談・内職・ パソコン講座	9:30-12:30 JAdaichi ボランティア Vol.14	個別相談 面談・内職・ パソコン講座	Check! ラコルタ柏 フェスタ	
	個別相談 面談・内職・ パソコン講座	13:30-16:00 グループ内職 Vol.11	8:40-12:00 体験 Vol.16 さつま芋収穫	13:30-16:00 テシゴト時間 Vol.2 クイリング		
10	11	12	13	14	15	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	10:40-13:30 ちょいスポ Vol.3 卓球	9:30-12:30 JAdaichi ボランティア Vol.15	12:30:15:40 体験 Vol.17 シンギングボウル @さーくる(船橋)		
13:30-16:00 テシゴト時間 Vol.3 クイリング	13:30-16:00 グループ内職 Vol.12	個別相談 面談・内職・ パソコン講座	14:00-15:30 なごみカフェ Vol.5 ポッチャ大会	13:30-16:00 グループ内職 Vol.13		
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	10:30-12:00 アパート清掃 Vol.16	個別相談 面談・内職・ パソコン講座	9:30-12:30 JAdaichi ボランティア Vol.16	個別相談 面談・内職・ パソコン講座		
	13:30-16:00 グループ内職 Vol.14	13:30-15:30 見学 Vol.3 Check! 鳥の博物館	13:30-15:30 フードバンク仕分け Vol.10	13:30-16:00 グループ内職 Vol.15		
24	25	26	27	28	29	30
振替休日	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・ 職業適性検査	9:30-12:30 JAdaichi ボランティア Vol.17	9:50-11:20 柏諏訪神社清掃体験 Vol.8		
	13:30-16:00 テシゴト時間 Vol.4 クイリング		個別相談 面談・内職・ パソコン講座	14:00-16:00 PCお楽しみ講座 Vol.2 Excelで カレンダーを作ろう		

📍マークの付いた講座はホットサンド&コーヒーセット引き換えの対象です。詳しくはスタッフまで！

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。 11/4(火)・11/18(火)	内職 軽作業を中心とした内職作業を行っています。詳細はスタッフにご確認ください。 11/5(水)・11/11(火)・11/14(金)・11/18(火)・11/21(金)	職業適性検査 職業適性能力、作業処理能力、集中力を測る検査、性格分析検査などを行います。 11/7(金)・11/10(月)・11/25(火)
アパート清掃 4階建アパート共有部分の清掃体験です。廊下・階段・踊り場の箒とモップがけを行います。 ※汚れてもよい服装でお越しください。	グループ内職 グループで、和気あいあいとした雰囲気の中で内職作業をします。 ※発注状況により中止になることがあります。	テシゴト時間 ～クイリング～ 細長い紙をクルクル巻いてパーツを作り、パーツを組み合わせて花などあなたのオリジナル作品を仕上げます。初めての方大歓迎！
11/12(水)	11/13(木)	11/14(金)
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。 ※上履きとお飲み物をご持参ください。	なごみカフェ ～ポッチャ大会～ 年齢や性別、障害の有無にかかわらず楽しめるスポーツ、ポッチャを楽しみます。 ※1階あ・えーるテラスで実施します。	シンギングボウル体験 アロマの香りと「シンギングボウル」の音色で心身を癒すリラクゼーション体験です。 ※船橋の会場まで職員が同行します。リラックスできる服装でお越しください。
11/19(水)	11/20(木)	11/28(金)
鳥の博物館見学 我孫子市「鳥の博物館」で11月24日まで開催中の『とりホネ展－骨からわかる鳥の進化と多様性－』を見学します。	フードバンク仕分け 食料を必要とする方におわけするために、回収した不要食品の仕分け・賞味期限の確認を行います。 ※食品の量により終了時間が前後したり中止になることがあります。	柏諏訪神社清掃体験 柏総鎮護とされる諏訪神社の境内の清掃です。清掃後に正式参拝を行う予定です。 ※汚れてもよい服装でお越しください。
11/28(金)	毎週木曜日 JAdaichi ボランティア 農家を廻って収穫物を集荷し、JAのアンテナショップに届けます。ショップでは販売のお手伝いをします。 ※汚れてもよい服装でお越しください。	

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 車いすや福祉用具のメンテナンス・体験で世界観を広げてみませんか。個別対応で実施受付中。	ぶどう園 / ニンニク・梨園 栽培のお手伝い 通年でのぶどう園(ワイン用)、ニンニク・梨園での栽培のお手伝いです。	柏市動物愛護 ふれあいセンター 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 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。	布施弁天 東海寺 / 東光山 医王寺 / 戸張山 長全寺 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。	柏染谷農場 / わかたけ社会 センター / 胤の家農園 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。

体験

9/24 (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いました。染谷農場は利根川沿いの150畝に上る肥沃な水田で、主食用の「コシヒカリ」を中心にコメづくりされています。今年の出来具合は、厳しい夏の暑さでしたが頑張って良く育ったとの事でした。鎌を使い稲刈りやコンバインで脱穀体験をさせて頂き、参加者からは「すごく広い水田をコンバインが稲刈りしていく姿は見ていて気持ちよかった。自分が鎌で刈るとほんの少しでも重労働で機械の力は凄いと思いました」等感想を頂きました。染谷会長からは、日本のお米の状況は昨年より大変厳しい状況になっており、お米の高騰、品不足等の中、長年続いた減反政策が耕作放棄地や農業人口減少を招いており、米の増産、適正価格での安定供給で、農家も採算がとれる状況に（再生二期作でコスト削減等）したいとお話しされていました。帰りに稲穂も頂きました。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

9/18 (木) 家計改善講座



家計改善講座全3回シリーズの第一回は「債務整理について」という内容でした。債務を抱えてしまう可能性は誰にでもあることや、具体的な債務整理方法、どこへ相談すればよいのか、手続き等を学びました。説明もわかりやすく、参加者からは、「これからの生活に役に立つ話でした」「もっと早く知りたかったです」等感想を頂きました。

体験

9/19 (金) 柏諏訪神社清掃&正式参拝



柏諏訪神社の清掃に行っていました。ちょうど翌日は秋季例祭で、五穀豊穡や家内安全、厄除けなどを祈願する神事が執り行われるとの事で、境内をきれいに落ち葉掃きさせて頂きました。清掃後、正式参拝をさせて頂き、心身共に清めさせて頂きました。参加者からは「神社での正式参拝は初めてでしたが、作法も教えて頂きとても良かったです」等感想を頂きました。友野宮司様、権禰宜様ありがとうございました。

- ✓ 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) 8:30-17:15



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.116 11月号 2025/10/15 発行

体験

9/5 (金) 長全寺坐禅会



曹洞宗別格地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」、ただひたすらに坐ということです。最初に岸師から坐禅の作法を教えて頂き、坐禅の開始です。約7分程でしたが、とても長く感じました。外から雨音が聞こえる中、目は半眼にして、何も考えずに呼吸を調整していきます。終了後、とても心静かな落ち着いた気持ちになりました。その後、「般若心経」を読経させて頂きお焼香、世古師からご法話を頂きました。ご法話では曹洞宗・坐禅・お焼香・お布施等のお話を頂きました。「お布施は、見返りを期待せずに他者へ尽くす行いです。その中で、無財の七施という財産や智慧がなくてもできる七つの施しがあります。1眼施：優しい眼差し。2和顔施：笑顔で接すること。3言辞施：優しい言葉。4身施：身体を使い奉仕すること。5心施：心配り・気配り。6床座施：座席や場所を譲ること。7房舎施：休息の場を提供する」等教えて頂きました。その後、お茶を頂きながら、ご質問に丁寧にお答え頂き、参加者からは「はじめて坐禅を組んでいろいろと知らない話を聞けて楽しかったです。悩むことが多い毎日なのでとても良い時間がすごせました」等感想を頂きました。ご協力頂きました武田住職様、ご指導頂きました世古師、岸師ありがとうございました。

体験

9/26 (金) ニンニク栽培



ニンニク栽培のお手伝いに行っていました。作業は、種になる球根「通称：種球」の解体ばらして、球状態を鱗片状態に解体します。外側の汚れた皮を軽く剥がしながら1片ずつに分けます。種球を植え付ける時期は、10月はじめ頃で今はその準備となります。5月から参加されている方が、就労が決まり、作業後、皆さんからお祝いの花束を頂き、ご本人もビックリ「花束を頂くのは初めての体験で、このように祝って頂きホント嬉しかったです。新米の塩むすび、ゆでたまごも作って頂きとてもおいしかったです。短い期間でしたが、ありがとうございました」と感謝を頂きました。