

体験 毎週木曜日
JAdaichi ボランティア

昨年12月に新装開店され、JA ちば東葛管内のお米と野菜を使用した美味しいマグロ丼セットを提供することになり、店内の雰囲気もガラッと変わりました。その中で、毎週木曜日の地元産の野菜販売も浸透して、おなじみのお客様も新鮮で美味しいからと買いに来られて嬉しい限りです。引き続き、地元産の新鮮野菜と美味しいマグロ丼セットもよろしくお願いいたします。



体験 1/23 (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。新年初の清掃で、境内をきれいに落ち葉掃き。清掃後、正式参拝をさせていただきました。諏訪神社には、建御名方命(たけみなかたのみこと)が祀られています。建御名方命は、五穀豊穡や狩猟の神様として知られています。前回・今回参加して絵馬を頂いた方は、良い年になりますように、健康でありますようにと願いを込めて奉納させていただきました。友野宮司様、権禰宜様ありがとうございました。

講座 1/22 (木)
家計改善講座



家計管理は収支のバランスが取れるように管理することです。家計簿を使っでの管理が必要であることや、お金が不足して安易にキャッシングやクレジットカードでの分割払いで買い物をすることは、借金地獄に陥る危険があることを学びました。家計簿で固定費(住居費など)や変動費(食費など)を見直し、減額できるかを検討し、自分のお金の使い方を理解して将来のために貯金をしていくことは大切ということも学びました。参加者からは「貯金しようと思いました。大変勉強になりました」「自分と向き合うことができました」等感想をいただきました。

- ✓ 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.120 3月号 2026/2/15 発行

体験 1/27 (火)
長全寺清掃

曹洞宗別格地長全寺の境内清掃に行っていました。境内をきれいに掃除・砂利ならし、その後、本殿でお焼香をさせていただきました。役僧の世古師、岸師より、曹洞宗の作法を教えていただきお焼香。その後、お茶を頂きながら、お話しやご質問にお答えいただきました。曹洞宗では、お掃除は『動く坐禅』とされ、大切な禅の修行とされており、清掃を通じて、心を整え、場を整えることが修行の一部とされています。他に曹洞宗のお話しや修行のお話し等聞けて勉強になりました。参加者からも「役僧さんの、悩みは多いけれど今できる事に集中し頑張る事が大切です、とのお話が心に残りました」「お寺でのお掃除だけでなく、疑問などお聞きしてお答えいただき勉強になりました」等感想をいただきました。ご協力いただきました武田住職様、ご指導いただきました世古師、岸師ありがとうございました。



体験 1/29 (木)
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。参加者は初めてという事で、年間の作業説明を受け、ニンニク畑の草取りを楽しくお話ししながらいたしました。植えたニンニクの芽もすくすく育っており、収穫が楽しみです。セカンドライフファクトリーの皆様、ありがとうございました。

体験 1/14 (水)
あけぼの山農業公園清掃



園内の落ち葉掃きのお手伝いに行っていました。雲一つない穏やかな冬晴れのもと、落ち葉をかき集め袋に詰めトラックに積み込み、気持ちよい汗を流して参りました。帰りに風車前のビオラの見学に行きましたがまだ成長中で、布施弁天でお参りをしました。参加者からは「初めてのあけぼの山でビオラも見学し、お参りも出来て楽しかったです」等感想をいただきました。スタッフの皆様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。

月	火	水	木	金	土	日
						1
2	3	4	5	6	7	8
個別相談 面談・内職・ パソコン講座	10:30-12:00 アパート清掃 Vol.23	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.30	Check! 10:00-12:00 ティッシュ配りボランティア Vol.1		
13:40-15:30 中央体育館体験 Vol.9	13:30-15:30 グループ内職 Vol.28		13:30-15:30 グループ内職 Vol.29	個別相談 面談・内職・ パソコン講座		
9	10	11	12	13	14	15
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	9:30-12:00 体験 Vol.23 医王寺清掃・法話	9:30-12:30 JAdaichi ボランティア Vol.31	個別相談 面談・内職・ パソコン講座		
13:30-15:30 グループ内職 Vol.30	13:30-15:30 テシゴト時間 Vol.11 クイリング	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.9 ポッチャ大会	13:30-15:30 グループ内職 Vol.31		
16	17	18	19	20	21	22
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	Check! 9:00-12:00 体験 Vol.24 わかたけ 養鶏体験	9:30-12:30 JAdaichi ボランティア Vol.32			
13:30-15:30 グループ内職 Vol.32		13:30-15:00 アパート清掃 Vol.24	14:00-15:30 家計改善講座 Vol.3 お金の貯め方			
23	24	25	26	27	28	
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 フードバンク仕分け Vol.15	個別相談 面談・内職・ パソコン講座 13:30-15:30 テシゴト時間 Vol.12 クイリング	9:30-12:30 JAdaichi ボランティア Vol.33 14:00-16:00 PC お楽しみ講座 Vol.4	9:50-11:20 柏諏訪神社清掃体験 Vol.12		

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！

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。 3/2 (月) 中央体育館体験 柏市中央体育館玄関前の花壇の手入れと施設内美化（トレーニングジムなど）のボランティアです。 <u>※汚れてもよい服装でお越しください。</u>	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。 3/3 (火)・3/18 (水) 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。 <u>※汚れてもよい服装でお越しください。</u>	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。 3/3(火)・/5(木)・/9(月)・/13(金)・/16(月) 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。 <u>※発注状況により中止になることがあります。</u>
Check! 3/6 (金) ティッシュ配りボランティア 柏駅東口デッキにおいて障がい者差別解消に向けた普及啓発活動の一環としてティッシュを配布するボランティアです。	3/10 (火)・3/25 (水) 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。 <u>初めての方大歓迎！</u>	3/11 (水) 医王寺清掃体験・法話 医王寺は室町時代に開創された浄土宗のお寺です。境内の清掃とご法話の拝聴を予定しています。 <u>※汚れてもよい服装でお越しください。</u>
3/12 (木) 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。 <u>※1階あ・えーるテラスで実施します。</u>	Check! 3/18 (水) わかたけ社会センター養鶏体験 平飼いの鶏舎で、餌やり、卵取り、卵拭き、バック詰めを体験します。雨天の場合 3/25(水)に行います。 <u>※汚れてもよい服装でお越しください。</u>	3/24 (火) 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、回収した余剰食品の仕分け・賞味期限の確認を行います。 <u>※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。</u>
3/26 (木) PC お楽しみ講座 あいネットで実施する講座のポスターをパワーポイントで作成します。 <u>PC 初心者の方も大歓迎！</u>	3/27 (金) 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。 <u>※汚れてもよい服装でお越しください。</u>	毎週木曜日 JAdaichi ボランティア 農家を回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。 <u>※汚れてもよい服装でお越しください。</u>

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の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 / 嵐の家農園 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。