



コロッケカフェアルペーゼからご案内

今月から毎年恒例の高岡雨晴産のりんご
低糖度りんごジャム作りを開始します。
11月より注文書のご案内をいたしますので
ぜひご購入いただけますようお願いしております。



土日祝
は休んで
ます！

大量注文の支度やスタッフの都合などを臨時に閉店する場合があります。ご理解くださいますようお願いいたします。

蜜柑日和

10月に入って少しずつ秋を感じられるようになってきました。
最近の休日のマイブームは、道の駅に向いて、旬の野菜や果物を買
い込んで、家で調理して食べることです。

ふむふむ
(ソラ)



なにか？
Part1
(レモン)

調理の仕方はネットに頼りっぱなしではあるのですが、
美味しく仕上がったら、ノートに書き留めています。
(いつまで続くかわかりませんが…)



お肉
はみ出してる
やん！

なにか？
Part2
(レモン)



心地
いいの～
(ミカン)



世間では心が押しつぶされそうなことが様々と起こって
います。本当につらいです…。
穏やかに過ごせていることに感謝しつつ、
のんきな時間を作って楽しむことも大切にしたいですね。

ねこみみの会

興味のある方は「ねこみみの会」Instagram・Facebook からコメントください

保護ねこ譲渡会のお知らせ

10月20日(日) 氷見市 B&G センター会議室
10時～15時 ちび猫ちゃんいっぱいです！



善意のみなさま ありがとうございます

フードバンクとやま様 杉本さま 金森さま 小嵐さま 大泉寺さま 早川さま 島田さま

〒933-0018 富山県高岡市高陵町 8-49

就労継続支援 B 型事業所

☎0766(23)5409 fax0766(73)7523

特定非営利活動法人 憩いの家

2024.10

憩いの家だより 10月号



ブルディンシャル生命保険
ライフプランナー
講師・田村絵美先生

9月27日(金)憩いの家第1回研修会を開催しました。

今回は利用者さんからの「親がいなくなったあとのお金の管理が心配。」との声
を受け、ライフプランナーの田村絵美講先生を招き、お話を聞きました。

まずは、自分が毎月どれくらいお金を使っているか、そ
れは本当に必要な買い物か？など用紙に書きながら自
分を振り返りました。ゲーム、お菓子、マンガ・・・意外
と「買わなくても生活に困らないもの、が目立ちます。

収入 - 毎月必要なお金 - 自由に使えるお金 = 貯金 でした

でも貯まりません。本当に貯金したいならば

収入 - 毎月必要なお金 - 貯金 = 自由に使えるお金 と、

考え方を考えてみる提案をいただきました。

終わりのお茶会では、アルペーゼのお菓子をいただきながら
個人的なお金の相談などを希望する利用者さんもい
て大変有意義なひとときとなりました。



高岡コロッケを食べてはっけよい！

来たる10月7日(月)に大相撲高岡場所が開催されます。

なんと開催事務局から「高岡コロッケを楽しんでいただきたい」

とアルペーゼに注文がありました！親方衆から力士のみなさん

ほか総勢200名がコロッケを召し上がってくださいませ。

「さあ、仕込みの準備よ！高岡コロッケ、心に刻んでいただきましょう♪」

あなたの
必要は
手芸用品
なのね



貯金は
500円とかから
ぜひ始めて
みましょう



憩いの家10月の予定

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5 憩いの家は閉まっています あしつき秋祭り お祭り会場に遊びにきてください
6	7	8	9 一日作業 希望者は9時出発! 障害者交流会 心の健康レクリエーション	10	11	12 休み
13	14 スポーツの日	15 15:30: 憩いの家運営会議	16 一日作業 アルパーゼに行こう!	17 一日作業 午後・希望者のみ 体育部!	18	19 午前作業 午後: リラックスタイム ゲーム・お針子・お菓子
20 八丁道おもしろ市 午前中だけ出店します 遊びにきてね	21	22	23	24 午前のみ作業 社会参加活動日 (作業もOK!)	25	26 休み
27 新生苑祭出店 コロッケ販売 楽しんでます	28 給料日 希望者は 午後地域清掃	29	30	31	11/1	2 午前作業 午後: リラックスタイム ゲーム・お針子・お菓子

県内の施設が集まって楽しめます 心の健康レクリエーション

久しぶりの障がい者交流会です
じゃんけんゲームやO×ゲーム!
広い体育館でのびのび楽しみましょう

10月9日(水) 9時頃出発
車で富山空港そば総合体育館
弁当つき♪ 戻りは4時ごろ



第12回 **あしつき秋祭り**
入場無料
皆様のご来場をお待ちしています!!
2024 **10.5**
10:30 ~ 14:30
会場: あしつきふれあいのあまひ福祉体育館

会場のあしつきふれあいの郷でまっています

第66回 **ハチ道おもしろ市**
10月20日(日)
午前8時~午後2時
お申し込みは9月15日まで

憩いの家は
雑貨を販売します
午前みの滞在なので
早めに遊びにきてね



アルパーゼに行こう
10月16日(水)
14:00頃出発
作業の息抜きにちょこつと出かけてみませんか? 気の合う仲間と一緒におしゃべりするのも楽しいですよ!

外部より販売が来られています
ぜひお立ち寄りください
八尾町より



最近二上山のそばにある
万葉社会福祉センター体育館で
スポーツをしています。
うちばき・タオル持ってきてね!

**体育部は
10月17日(木)
社会参加活動日は
10月24日(木)**

ソフトボール
みんな上達してるね~!

ゲームや手芸、気ままに
まったり開いています。
ぜひ一緒に時間を過ごしましょう。
まっています!

さわちゃんの健康相談室



看護師のさわちゃんが利用者
さんを対象に健康に関する
困りごとなどの相談に応じます



**【事前予約制】
10月24日(木)13時から**

僕は失敗したとき
相田みつを先生のこの詩を
思い出します。
すると、気持ちが少し楽になります。

T・S

つまづいたって
いいじゃないか
にんげんだ
もの
みつを

憩いの家の
利用者さん

