

あるこ&スキップ伝言板[11月号]

●11月の外出は、川越出世稲荷神社に行きます(^^)

徐々に涼しくなってきましたね。体調管理にはお気を付け下さい m(__)m この時期はイチョウやもみじがきれいに紅葉していますね～。そこで、今月14日(金)の外出では川越から徒歩5分にある川越出世稲荷神社に行きます!!そこには川越市が天然記念物に指定している大きなイチョウの木が2本あり、11月が一番見頃だそうです♪

また、てくてくあるこでは航空公園の紅葉を見に行きます(^^)/航空公園も紅葉が見頃で、赤、黄色、緑色と色とりどりの紅葉を見たい方は是非ご参加くださいネ(^^)

●久々に(?)新プログラム開催・・!?

今月から新しいプログラムが始まります。その名を【はなっしーの時間】です(ふ、〇っしーとは関係ありません・・・タブン。笑)。これは、「言っパナシ」「聞っパナシ」をルールに、3,4人の小グループに分かれてそれぞれの困り事や、皆に聞いたことなどを話す時間で、雑誌「こころの元気+」の集いで行われているピアカウンセリング(仲間同士の語り合い)の手法を再現したものです。言っはなし、聞っはなしスタイルで「議論」を目的としない会なので、聞いてほしいことや、皆から聞きたいことを気軽に語り合える時間を作っていきたいと思っています。ぜひご参加下さい!(^^)

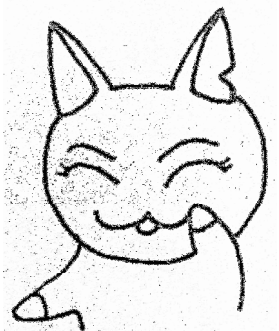
●プログラムの時間が変更になります

今月からプログラムの時間が変更になりました。今までは1時半から行っていましたが、2時から行うことになりましたのでお間違いなく～(気分調べは1:45～始めます)

●あきっし～さんのおコトバ【メンバーさんによる月替りエッセイのコーナー】

こんにちわ。急げきにさむくなくなりました。

私はこの間初めてマドレーヌ作りに参加しました。料理は苦手でふだんはしないのですが、みなさんとの作業は楽しいですね。(ハンドミキサーが重かったです)



あきっし～さん

NPO 法人インターメディカル

電話(スキップ) 04-2922-3439

電話(あるこ) 04-2936-8757

HP <http://arco.michikusa.jp>

メール cafe.arcocafe@gmail.com

日曜、水曜と祝祭日はお休みです。