

# ベルベッキオ通信



9月号

発行元: 北区障害者生活支援センター ベルベッキオ  
電話048-661-7092  
地域活動支援センターベルベッキオ  
電話048-651-7728

夏の絵手紙教室開催しました～8月6日(土)



夏野菜やメダカの描き方を  
教えて頂きました



絵手紙



ただ今、ベルベッキオ内に  
展示中です!



ベルベッキオでは、利用登録が無くても参加のできる講座を毎月開催しています。  
興味のある講座がありましたら、友人や家族、デイケアの仲間を誘って参加できます。  
ぜひご参加下さい

朝活「野菜スティック」を食べました



日頃、野菜を積極的に摂っていますか?  
野菜は調理をしないといけない  
…と敬遠してる人もいますが、スティック状に切るだけで、  
手軽に食べることが出来ます。

今回はワサビマヨネーズと味噌  
マヨネーズをつけて食べました。

9月の朝活スケジュールはこちら ↓ ↓

朝を有効に!～あさかつ(朝活)の日程～

健康は朝ごはんと運動から!

デイケアや仕事の開始前に参加ができます

ベルベッキオの活動に短時間から参加したい方にもおすすめです

- ①9/7… ヨガストレッチとハーブティー(参加費無料)
- ②9/14… 季節の変わり目を乗り越える味噌汁(参加費100円)
- ③9/21… コーヒー&紅茶を淹れよう(参加費150円)
- ④9/28… アロマ手浴(参加費100円)

どの時間も9:00～9:30に行います

ベルベッキオに登録が無くても参加できます

**参加希望者は前日までに予約をお願いします**

# 2016年9月 イベント&プログラム

◆【ものづくりサークル】 毎週火曜日 15:00~17:00 (入退室自由)  
 今月は、秋の祭りで出展するトートやアクセサリーなどの製作をします  
 6日(火) }  
 13日(火) } 9月は秋のお祭りで出展する商品作りとなります。  
 20日(火) } 途中参加もOKです。  
 27日(火) } (レジンアクセサリー、手芸品などみんなで作っていきます。)

◆【プラモデル製作会】 飛行機、戦車、F1カーなど好きなものを集まって作っています。  
 9月10日(土)15:00~  
 毎週金曜日13:00~プラモデル製作を自由に集まって行っています。  
 ※参加したい方は、スタッフに相談してみてください

◆秋の地域イベントのための準備を一緒にして下さる方募集!  
 看板文字を書いたり、飾りを作ったりをします。空いている時間に少し参加でもOK  
 ぜひご協力ください。  
 日程 9月24日(土)14:00~  
 9月29日(木)14:00~



## ◆縁~YUKARI~サロン◆

9月は「誰でも参加できるヨガ体操」  
 9月26日(月) 午後2時~3時

講師:リハビリデイサービスnagomi大宮北店 菅野さん

定員 15名(先着順)  
 参加費 :無料

終了後にコーヒープログラムがあります  
 ※タオル持参、動きやすい服装でお越しください

参加ご希望の方はお早目にお申込みください



## バレーボール大会を 応援しに行きませんか?

ベルベッキオチームとして7名  
 参加をする予定です。皆さんの  
 熱い声援をお待ち  
 しています。

日時 9月3日(土)  
 10:00~15:00  
 埼玉県立武道館(上尾市)



◆【初心者限定!カフェ体験会】ベルベッキオに登録が無くても参加できます  
 コーヒーに興味がある、喫茶店のような味を知りたい、カフェキャストに興味がある  
 という方でベルベッキオのカフェ体験会に初めての方限定で体験会をします。  
 初心者だけで、喫茶の雰囲気を作ってカフェを楽しみましょう!  
 <<体験日>> 9月16日(金)15:00集合 (1時間程度) 持ち物:エプロン、飲み物代150~200円  
 ☆参加ご希望は、9月15日(木)までに申し込んでください。



◆【男子会】男性だけ集まるサークル。初めてでも参加しやすい雰囲気になっています  
 9月24日(土) 15:00~ 卓球とトーク (予約は前日まで)

◆【女子会】女性だけのサークル。イングリッシュスコーン作りをします。  
 9月23日(金)13:15~14:30 参加費200円 定員5~6名 (予約は9/16まで)  
 エプロン・麺棒(あれば)をご持参ください



ベルベッキオを利用のみなさんへ

## 秋はイベントの季節です!

ベルベッキオでは10月と11月に地域のイベントに参加する予定です。  
 そのイベントの参加に関する説明会を開きますので  
 ぜひイベントと一緒に盛り上げていきませんか?

- ①東大成てみな祭(10月開催) 説明会日程  
 9月12日(月) 15:00~  
 9月17日(土) 15:00~ 両日とも内容は同じです。
- ②聖学院大学ボラフェス2016(11月開催) 説明会日程  
 9月30日(金) 15:00~  
 10月1日(土) 15:00~ 両日とも内容は同じです。  
 ~参加お待ちしております~