

マンツーマンで丁寧に

・「荷物をお届けしましたが不在でした、下のリンクをクリックして下さい」というのがスマホに入ったけれどどうすればいいの？

・「ボタンを押してアプリのアップデートをしてください」というのはどうすればいいの。押すのが怖いんですけど

・LINEのやり方を教えて

・新しいスマホの使い方が分かりません

などなど、スマホやパソコンを使っていると分からないことが次から次と出てきます。

そのような人達のためにおむすびハウスの専門家がマンツーマンで丁寧に使い方をお教えします。人数の制約があるので、下記から事前予約をお願いします。300円の参加費です。

Tel 050-5375-2970 (池田)



おむすびハウス定例活動案内

(実施日時については変更されるかもしれませんので、毎月の予定表でご確認ください)

- ◆ミニ音楽会 (第3土曜日13:30-15:30)
ピアノとギターで季節の歌を歌いましょう
- ◆おむすびサロン (第4火曜日13:30-15:30)
手作り・・・縫ったり、編んだり、直したり
脳活にチャレンジ・・・脳トレクイズ、カルタ
- ◆オープンカフェ (第2火曜日13:00-16:00)
とくにイベントは行いません。自由な時間に参加してお茶を飲みながら音楽を聴いたり、おしゃべりや囲碁、将棋でゆったりと過ごしましょう。
- ◆フラワーデザインを楽しむ会 (第4木曜日13:30-15:30)
毎月テーマを決めて、折々のお花を楽しんでいます
- ◆心のエクササイズ (第3木曜日午後)
マインドフルネスや手作り活動を通してリラククス (杏林大学の岡村裕先生と学生さんの協力も得ています)
- ◆スマホ・パソコン相談会 (第2月曜日午前)
マンツーマンで丁寧に。スマホ、パソコンの入門講座です
- ◆脳トレ健康麻雀 (毎週金曜日午前)
三密に気をつけながら、リアルに雀卓を囲んでいます
- ◆リフレッシュ体操 (毎週金曜日13:30-14:45)
使えばなくなるお金の貯金、使って貯めよう筋肉貯金 (鈴木明美先生のご指導です)



「お直し」のご案内

「捨てる」から「直す」へ

コロナ禍に始めました「お直し」ですが、この10月で丸2年となります。これまでパンツの裾直し、ブラウスの袖調整など46件ものさまざまなご依頼がありました。何でも簡単に手に入る時代だからこそ、「お直し」で心あたたまる温もりをお届けしたいと思っています。おむすびカに感謝しつつ、ポチポチと活動しています。

毎月第4火曜日午後「おむすびサロン手作り」で受け付けています。事前のご相談は下記メールアドレスまで。 suwatta-miki@t.vodafone.ne.jp (龍田)

おむすびハウス通信 第10号 (2023.10.)

編集・発行 おむすび倶楽部友の会
東京都三鷹市下連雀1-10-20 Tel: 0422-46-4117
e-mail: omusubimitaka@gmail.com (藤原)
Facebook: おむすびハウス三鷹
HP :https://omusubihouse.sakura.ne.jp/



おむすびハウス通信 第10号

人と人をつむすぶ地域の居場所

おむすびハウスってどんなところ？

近所でも顔を知らない人達がいっぱいいます。子ども達は学校から帰ると家に閉じこもってしまいます。人と会う機会のない高齢者の方達もたくさんいます。おむすびハウスはこのような多世代の人達の出会いの場となることを目指しています。

おむすびハウスが地域の居場所となる

よう、おむすび倶楽部友の会の運営委員みんなで知恵を出し合っています。

私たちは、行政の支援では行き届かない地域活動として自主的に運営しているボランティア団体です。地域愛に根ざした活動です。自分たちで考え自分たちで行動する団体です。

一緒に活動できるボランティアの方を広く募集しています

おむすびオープンカフェ



人と人との出会いの場として新しく毎月一回開催することにしました。

とくにイベントはありません。午後1時から4時までの間でお好きなときに来てもらってゆったりとおしゃべりで時間を過ごしましょう。

おしゃべりの苦手な人達には囲碁、将棋もあります。おむすびハウスの腕自慢が相手します。美味しいコーヒーや紅茶も用意しています。参加費100円ですが、飲み物は自由に何杯でもOKです。

9月12日(火)に第一回目を開催したところ、包括支援センターの市村さんと一緒に杏林大学の学生さんたちもボランティア活動見学のために参加されました。賑やかなカフェとなり、ふらっと立ち寄った方からも「来月も顔を出したい」と好評でした。

念のため、オープンカフェの日時はおむすびハウスに用意している毎月の予定表でご確認ください。

コラムおむすび
今までのおむすび通信はできるだけ多くの素材を取り入れるようにしてきました。ちょうどギョウギョウウ詰め、幕の内弁当のようにです。最近、別の味覚も味わってみたいという意見が出たので、今回は趣を変えてみました。おむすびハウスのポリシーを出しながら、食材を厳選してしつこく観点から、エビ天麩羅蕎麦風にしてみました。新しいおむすび通信のお味はいかがでしょう。

(森田)

