

2023年
5月号

 **ぷらっと御茶ノ水 月間予定** 

★
は
イ
ベ
ン
ト
D
A
Y

日	月	火	水	木	金	土
30	1 カラオケ 10:30~11:30	2	3	4	5	6
7	8	9 PC・スマホサロン 13:30-15:30	★ 10 神大植物園 散策ツアー 11:00-15:00	11	12 ※保健所デイケア (AM)	13
14	15	16	17 座談会 13:00-14:30	18	19 ※保健所デイケア (AM)	20
21	22 カラオケ 10:30~11:30	23 PC・スマホサロン 13:30-15:30	24 ウォーキングorレク 13:00-14:00	25	26 ※保健所デイケア (AM) ネイルサロン 13:00-15:00	27
28 /30	29	30	31 座談会 13:00-14:30	1	2	3

定例プログラムは利用状況により変更する場合があります。

★ぷらっと御茶ノ水へのお問い合わせ 電話：03-3291-0600

mail：emifuru@chime.ocn.ne.jp

担当：川上、四方

※保健所デイケア参加ご希望の方は直接保健所までお問合せ下さい。電話：03-5211-8175（代）





お知らせ

●ぶらっと御茶ノ水とは？

精神障がいをお持ちの方々にとって、ぶらっと、お気軽に、遊びに来れる、そんな「居場所」となることを目指しています。

●ぶらっと御茶ノ水では何が出来るの？

イベントやプログラムへの参加、支援員との相談、ただただくつろぎに来るなど、あなたのご希望に合わせてご利用下さい。

【定例プログラム】

第1・3・5 水曜日 13:00~14:00 「**座談会**」
(内容: イベント内容決めなどのミーティング、テーマ別座談会など)
第2・4 水曜日 13:00~14:00 「**ウォーキングorレク**」
(内容: 近隣散策または室内での軽スポーツなど)

その他いつでも提供できるプログラム

ストレッチ、ヨガ、ゲーム、音楽鑑賞など。雑誌や動画の無料視聴可能なタブレット、書籍やマンガ本なども貸し出し可能です。

【こころの相談】

(下記の時間の中で30分程度)
電話相談: 平日 9:00~17:00
来所相談: 平日 10:00~21:00
訪問相談: 平日 10:00~17:00
※来所及び訪問による面談は事前の予約を基本に
当日の職員配置により決めます。
※一人1日1回30分までとなります。
※訪問範囲は、千代田区内となります。

兜着た

こどもの夢は

二刀流

賢



ぶらっと俳句

※この俳句は利用者による作品です

ぶらっと御茶ノ水 イベント案内

●神代植物公園 散策ツアー

5月10日(水) 11:00~15:00

えみふる3階ぶらっと御茶ノ水に11:00にお集まりください。えみふるワゴン車にて出発します。

【お申し込み】

お電話またはメールにてお申し込みください。
(TEL 03-3291-0600 Mail emifuru@chime.ocn.ne.jp)
定員: 5名まで



神代植物公園

深大寺周辺



Go Go! ちなみちゃん

作: 高田 樹

Kozue Takada

ゆかいな家族のお話です♡

ジューン・ブライド

