



# 2025年10月スケジュール あ・えーるワークス



	月	火	水	木	金
			1	2	3
午前			健康生活講座 ストレッチ&ヨガ ※定員5名 10:30~11:30	利用・個別相談	利用・個別相談
午後			ラコルタフェス目前! バン練🎸 ※定員6名 14:00~16:00	グリーンワークス ※先着8名 13:15~16:00	利用・個別相談
	6	7	8	9	10
午前	利用・個別相談	利用・個別相談	サイレント グリーンワークス ※定員4名 10:30~12:00	利用・個別相談 グリーンワークス ※先着8名 13:15~16:00	利用・個別相談
午後	利用・個別相談	音出しNG グリーンワークス ※先着8名 13:15~16:00	利用・個別相談	🎧 ボランティア おにぎりの会 ※定員なし 16:30~最長18:30	利用・個別相談
	13	14	15	16	17
午前		利用・個別相談	健康生活講座 太極拳&筋トレ ※定員5名 10:30~11:30	就労体験 柏市立図書館 ※定員4名 9:00~12:00 ※8:50ワークス集合	利用・個別相談
午後		音出しNG グリーンワークス ※先着8名 13:15~16:00	たまさんによる レジン講座 ※定員8名 13:30~15:00	グリーンワークス ※先着8名 13:15~16:00	利用・個別相談
	20	21	22	23	24
午前	利用・個別相談	利用・個別相談	サイレント グリーンワークス ※定員4名 10:30~12:00	<b>【音楽室利用】</b> バン練🎸 ※定員10名 11:00~12:30	利用・個別相談
午後	利用・個別相談	ちーさんによる スライム講座 ※定員8名 13:30~14:30	ラコルタフェス 目前! バン練🎸 ※定員6名 14:00~16:00	グリーンワークス ※先着8名 13:15~16:00	利用・個別相談
	27	28	29	30	31
午前	利用・個別相談	利用・個別相談	利用・個別相談	利用・個別相談	利用・個別相談
午後	利用・個別相談	音出しNG グリーンワークス ※先着8名 13:15~16:00	いよいよ来週… ラスト・リハ🎸 ※定員6名 14:00~16:00	グリーンワークス ※先着8名 13:15~16:00	利用・個別相談

👻 10/26(日)は  
ハロウィン草刈りat  
ひかり隣保館あり 👻

🔴 グリーン  
ワークス  
なし



# A-YELL WORKS / あ・えーる・ワークス

★ワークスから大切なお知らせ★「あ・えーるワークス」は令和7年4月より、事業内容を一部変更しました。名称はそのままですが、「就労準備支援」の機能はなくなり、ご自宅から出られない方など、より社会に繋がっていない方への機能を強化しました。福祉事業所見学会や就労体験は引き続き行いますが、「さあ、就労だ！」という段階の方は、他の専門機関をご紹介します。就労された方の面談は実施できませんが、講座やグリーンワークスのご参加は可能です。ワークスは引き続き、「楽しい社会参加」をテーマに、皆様の次のステップへの中継地点として機能します。

◆ご利用の流れ ご関心のある方や参加をご希望される方は、電話にてお問合せください。

## ◆予約について

予約制となっております。面談や講座への参加をご希望の際は事前にお電話にてお問い合わせください。

## ◆休館日

土曜日・日曜日・祝日・年末年始(12月29日～1月3日)

## \*利用相談・個別相談

- ・ひきこもりがちな生活をしている方
- ・心の病気を抱えており、すぐの社会参加が難しい方
- ・何かしらの障害があるかもしれない方(障害をお持ちの方や手帳を取得している方)
- ・仕事がしたいけど、まずはゆっくり自分のペースで働きたい(福祉事業所等)
- ・家族以外の人や、社会との接点がなく、孤立した生活を送っている方など、一人ひとりの悩みや困りごとについて個別の相談でお応えします。

## \*訪問相談&オンライン相談

来所が難しい方にはご自宅への訪問も可能です。また、対面での相談に抵抗がある方はオンライン相談も対応可能です。

◆電話:04-7114-2226

◆mail:a-yell-works@kizuki.or.jp

◆受付時間:月曜日～金曜日 午前9時～午後5時

## ◆場所

〒277-0005 千葉県柏市柏5-8-12 教育福祉会館2階

## \*グリーンワークス(定員8名)

ご自身の「やりたい事」を行っていたりフリーな時間です。実施時間内であれば何時に来て、何時に帰ってもOK! 読書、創作活動、楽器練習、PC練習など皆さん自由に過ごされます。「何をしたらいいかわからない…」という方にはスタッフから提案させていただきますのでご安心下さい♪

## \*健康生活講座(定員8名)

生きていくために必要な体力の維持・向上を目指します。リラックスできるヨガからハードな筋トレまで様々なワークアウトを用意してます!「運動したいけど、きっかけがないんだよねー」なんて方はぜひご参加下さい♪

## \*検査

自分に適した仕事ができる職業適性検査(GATB等)や心理系の検査(うつ病の発見や不安や恐怖を感じやすい症状があるかを測定する検査)、自己理解を深める検査(エゴグラム等)を実施しています。※計10種類の検査を実施

楽器練習に関するお知らせとお願い:10/1,15,22,29の水曜午後は楽器【自主練習】のためにワークスを開放します。23(木)は音楽室を使用して練習します。なお、やはり(火)は音出しNG、(木)のグリーンワークスは音出しOKにしますが、できる限り水曜午後に練習日にしていただけますようお願いいたします(8日を除く)。お願いがコロコロ変わって申し訳ありませんが、各所調整した結果です。ご容赦ください。

## 今月の目玉企画 ① (定員8名) New

### ♪ちーさんによるスライムづくり講座

11/8(土)、9(日)にラコルタ柏全体でのイベント、通称「ラコルタフェス」があり、ワークスは8日にスライム講座を実施します。その際の「ちーさんの助手になってくれたらいいなあ」と、懐かしいあの遊びをやってみようぜ、も兼ね、講座を実施します。ちーさんいわく、「すぐできて、すっごく簡単でめっちゃ楽しい!」そうです。ぜひご参加ください。

## 今月の目玉企画 ②

### ♪たまさんによるレジン講座②(定員6名)

再び、たまさんがお仕事の合間を縫って、講師をやってくださいます。参加者オリジナルチャームをつくりましょう。こちらも前述のラコルタフェスでレジン講座を実施します(9日)。この講座でレジンづくりが気に入ったら、フェスでたまさんを手伝っていただけませんか? もちろん、楽しいからやってみようぜ、も大アリです。

## 今月の目玉企画 ③

### ♪フェス目前! 音楽室利用 バンド練習(定員6名)

いよいよラコルタフェスが迫ってまいりました! 10月は本番を想定して参加者全員での合同練習を予定しております。10月23日は音楽室を使用するので爆音OKです! まだまだ参加者募集中なのでご興味がある方はお気軽にお声がけください。「出来るかわからないけど興味がある」とかでも大丈夫ですので新しい趣味を始めてみましょう♪

## ♪就労体験 図書館の仕事って?

10月の就労体験は柏市立図書館で行います。謎に包まれた図書館職員さんの仕事を体験できるチャンス! 体験を通して自分に合う仕事は何か見つけちゃいましょう!

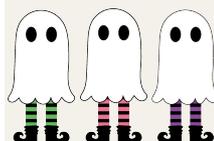
## ♪ボランティア:おにぎりの会(定員なし)

毎月第2木曜日夕方に実施する、「おにぎりの会」のお手伝いをいたしましょう。「おにぎり」といいつつ、カレーやうどんのときもあります。10月は何かわからない! 会場となる多世代交流スペースの設置と食事の配膳などをお手伝いします。お手伝いしたら(…なくても)、そのとき配布する食事をいただけます。楽しくおいしい時間を過ごしましょう。

## ♪ボランティア:ハロウィン草刈りat隣保館(定員なし)

### 3名集まったら、ワークスとして参加します【ワークス申込み期限:10/16(木)中】

10月26日(日)、社会福祉協議会主催・特別養護老人ホーム「ひかり隣保館(十余二175-42)」で仮装して、草むしって、芋焼いて、楽しんで社会貢献! 仮装はしなくてもOK。日曜日の実施のため、利用者3名以上で実施とします(石が引率予定)。3名集まらない場合や、当日「やっぱり行きたい!」方は主催団体に直接申し込みます★



お詫びとお知らせ:調理実習 ラコルタフェスで枠に余裕がありません。2か月に1回となった調理実習はお休みします。次回をお楽しみに。