

相談支援事業所 地域活動支援センターくら

八幡浜市五反田 1-106 TEL:0894-24-6750 FAX:24-6670

Message

2020.4 月
第 228 号



レクバレー 2月23日(日)久しぶりの八幡浜市民スポーツセンターでのバレー。関係機関の方にもご協力頂き、皆の気持ちも張り切り、しっかりと声を出して練習に取り組みました。



茶話会 2月23日(日)たこ焼き器を囲み、ホットケーキミックスでベビーカステラを作りました！久しぶりのおやつ作り☆楽しく美味しく出来上がりました！



語ろう会 2月26日(水)備蓄用のカレーの期限が近く、メニューはカレーとキャベツ焼き。語り場では1年を振り返り、「やっぱり皆で食べる食事は美味しい♪」と、次年度みんなで挑戦してみたい、食べたいメニューについて意見を出し合いました。



卓球活動 3月1日(日)交流会を予定していたのですが、コロナ対策の為、残念ながら延期となりました。今回はサーブ練習や「この時は失点」「これはOK！」等 ルールを確認しながら行い、大会を意識した緊張感のある練習になりました。

はまかせさん

3月6日(金)自己紹介と共に、卒業の思い出を話しました。時計を見てびっくり！あっという間に時間が過ぎました。**次回は4月10日(金)15時から**です！沢山のご参加お待ちしております。



ブラインドに命中!

スポ活 3月13日(金)2名の参加で、休憩を挟みながら時間いっぱい楽しみました。次回も卓球です！

レクバレー

保内中央体育館で予定をしていたのですが、感染対策の為、中止となりました。

ピア・カウンセリング

3月21日(土)初参加の方を含め、4人で行いました。話もスムーズに流れ、「こういう場合は自分ならこうする」等、自分を見直したり、参考になる話がありました。



語ろう会

3月25日(水)ギョウザパーティーをしました！焼いたギョウザは全部で約110個！新玉サラダ、もやしスープも作り、いただきました。午後からの語り場では、来年度の学習会について、どんな事が知りたいか等意見を出し合いました。やはり多かったのは「防災」でした。災害後から継続して話しているテーマでもあり、今回は職員が自宅で用意している防災グッズを紹介し、皆で、「これはあったら便利だね」等、再確認をし

非常用の缶パン!

非常食の缶パンも試食しました。いざという時に備え自助の力をつけていくため次年度も語ろう会で取り組んでいきます。



4月活動予定表

色つきの日は閉まっています。色なし(白)の日は開いています。※は時間閉所有。

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---------------------|----|-------------------------------|----|---|-----------------------|
| ※お知らせ:各活動の登録は4月1日より受付いたします。※ ※キャンセルの無 いよう、確認の上お申し込み下さい。※ | | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 スポ活 はまかぜさん | 11 M・M・T・ピア 茶話会 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 14時から閉所 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 語ろう会 ※10時～14時 閉所※ | 23 | 24 | 25 |
| 女子会 13時から閉所 | 26 レクバレー 卓球活動 | 27 | 28 | 29 | ※直近3ヶ月以内に支援センターをご利用されていない方は、お申し込み時ご相談ください。※ | |

スポ活 卓球

日時:令和2年4月10日(金)10時～12時
場所:3階 研修室 (支援センター集合)

※飲み物持参をお願いします! ※
運動のできる服装でお越しください。

申込み締切り:4月9日(木)17時まで

「はまかぜさん」が来ますよ～

日時:令和2年4月10日(金)15時半頃～
場所:支援センターぐじら

※お気軽にご参加下さい!! ※

ピア・カウンセリング

日時:令和2年4月11日(土)10時～12時
場所:支援センターぐじら 参加費:50円

定員:6名様(先着順)

申込み締切り:4月9日(木)17時まで

メンバーミーティング

日時:令和2年4月11日(土)9時～
場所:支援センターぐじら

茶話会 お抹茶を立てておしゃべりしよう!

日時:令和2年4月11日(土)14時～16時
場所:支援センターぐじら

参加費:300円 定員:8名

申込み締切り:4月9日(木)17時まで

女子会 第7弾 始まるよ～!

日時:令和元年4月19日(日)13時～15時
場所:支援センターぐじら 対象者:女子のみ
(但、毎月1回、6回継続して参加できる方)

参加費:100円 定員:6名(新規の方優先)

申込み締切り:4月16日(木)17時まで

語ろう会 オムカレー

日時:令和2年4月22日(水)10時～14時 場所:支援センターぐじら 参加費:400円
対象者:一人暮らしをされている方、考えられている方で継続できる方

定員:8名(先着順) 申込み締切り:4月20日(月)17時まで

レクバレー

日時:令和2年4月26日(日)9時～11時 場所:八幡浜市民スポーツセンター
準備物:体育館シューズ・タオル・水筒 運動の出来る服装でお越しください。

送迎が必要な方は申込み時申し出ください。 申込み締切り:4月24日(金)17時まで

卓球活動 卓球大会に向けての取り組み!

日時:令和2年4月26日(日)14時～16時 場所:3階 研修室 (支援センター集合)
対象者:卓球大会へ出る意欲のある方のみ。 申込み締切り:4月24日(金)17時まで

4月活動予定表

※お知らせ：各活動の登録は4月1日から受付いたします。※

※ 参加 をするためには、支援センターの登録 が必要です。

お申込みは支援センターくじらまで♪ TEL:0894-24-6750

※活動申し込みをされる際には、他の予定がないかよく確認をしてキャンセルのないようにお申し込みください。※

※直近3ヶ月以内に支援センターをご利用されていない方は、お申し込み時ご相談ください。※

スポ活 卓球

日時：令和2年4月10日(金)10時～12時

場所：3階 研修室

集合場所：支援センターくじら

※飲み物持参をお願いします！※

運動のできる服装でお越しください。

申込み締切り：4月9日(木)17時まで

「はまかせさん」が来ますよ～

日時：令和2年4月10日(金)15時半頃～

場所：支援センターくじら

※お気軽にご参加下さい！！※

ピア・カウンセリング

日時：令和2年4月11日(土)10時～12時

場所：支援センターくじら 参加費：50円

定員：6名様(先着順)

申込み締切り：4月9日(木)17時まで

メンバーミーティング

日時：令和2年4月11日(土)9時～

場所：支援センターくじら

茶話会 お抹茶を立てておしゃべりタイム！

日時：令和2年4月11日(土)14時～16時

場所：支援センターくじら

参加費：300円 定員：8名

申込み締切り：4月9日(木)17時まで

女子会 第7弾 始まるよ～！

日時：令和元年4月19日(日)13時～15時

場所：支援センターくじら 対象者：女子のみ

(但、毎月1回、6回継続して参加できる方)

参加費：100円 定員：6名(新規の方優先)

申込み締切り：4月16日(木)17時まで

語ろう会 オムカレー

日時：令和2年4月22日(水)10時～14時 場所：支援センターくじら 参加費：400円

対象者：一人暮らしをされている方、考えられている方で継続できる方

定員：8名(先着順) 申込み締切り：4月20日(月)17時まで

レクバレー

日時：令和2年4月26日(日)9時～11時

場所：八幡浜市民スポーツセンター

送迎が必要な方は申込み時お申し出ください。

準備物：体育館シューズ・タオル・水筒

運動の出来る服装でお越しください。

申込み締切り：4月24日(金)17時まで

次回：体育館の都合により決まり次第連絡します。

卓球活動 卓球大会に向けての取り組み！

日時：令和2年4月26日(日)14時～16時

場所：研修室 3階

対象者：卓球大会へ出る意欲のある方のみ。

申込み締切り：4月24日(金)17時まで

募集中



支援センターくじらでは、機関紙「Message」に掲載する、支援センターに登録されている皆さまからの投稿を募集しています。 ※俳句、短歌、詩、読書感想文・生活の中での知恵・工夫・疑問・絵、写真(風景画)など※掲載してみたいな～、とお考えの方は、支援センターまでご相談ください♪

TEL:0894-24-6750 FAX:0894-24-6670

メール center.kujira@kujira.or.jp