相談支援事業所 地域活動支援センターくじら

Message

2019.6月
第218号

愛媛県八幡浜市五反田1-106 TEL:0894-24-6750 Fax:0894-24-6670



語ろう会

4月24日（水）ちらしずしをメインに鶏肉とこんにゃくのさっぱり煮を作りました。ちらし寿司は炊き立てご飯にすし太郎を混ぜるだけ！鶏のさっぱり煮は鶏肉とこんにゃくをポン酢で煮るだけ！簡単なのに美味しくできて満足。午後からの語り場では一人暮らしの良いところ、不安や心配事、こんな時はどうしてる？等皆でワイワイ話し、心も体も充実出来た時間でした。

レクバレー

4月28日（日）保内中央体育館で3時間行いました。パス練習と1.2.3で相手コートに返す練習を入念にした後、5対6で5試合をしました。休憩を挟みながらでも結構ハードで、いい練習になりました。



レクバレー

5月5日（日）保内中央体育館で2週続けての練習となりました。今回も1.2.3で相手コートに返す練習をシッカリ行いました。その後、試合でも盛り上がり、いい汗をかきました。



メンバーミーティング

5月5日（日）部屋いっぱいの9名と過去最高の参加数！今回を含め、上がっている意見を検討し、実行出来るように計画を立てていきたいと思います！
ご参加の程よろしくお願いします！





卓球活動

5月5日（日）いつもの様に練習を始めましたが、大会直前!いつも以上に真剣に「～な時はどうするんですか？」「～はいいんですか？」等、個々に気になる事を聞いたり手法を研究したりと熱意を感じました。最後に大会参加の意気込みや目標を発表し合いました。
心を1つに 5 月 26 日の県大会を楽しんできます!!（6月発行のMessageでの報告をお楽しみに～）





スポ活

5月10日（金）保内ボウリングへ行ってきました。いつもと違った顔ぶれで初めは少し緊張した面持ちでしたが、ストライクやスペアを取るごとにハイタッチで交流を深めました。1 ゲームが終わり、もう1ゲーム☆みなさん納得され終了。
次回は保内のバッティングセンターに決定しました！沢山のご参加お待ちしています！



はまかぜさん

5月17日（金）自己紹介を兼ねて好きな食べ物の話をした後、将棋とトランプをして楽しみました。将棋は1対1の真剣勝負！トランプはババ抜き！人数が多い為なかなか揃わず、揃ったら大歓声で盛り上がりました。
次回は6月4日（火）15時半からです！
沢山のご参加お待ちしております！



茶話会　5月18日（土）みなっとで行われたマーマレードフェスティバルに行ってきました。一番初めに、茶道のブースでお茶を頂き、交流館では各地から約1300種類以上ののマーマレードが勢ぞろい！試食ができるという事で沢山のマーマレードを試食しました。舞台では、雅組の和太鼓演奏や川之石高等学校の書道パフォーマンス、警察マーティングバンドが催され、楽しみました。また、沢山のブースが出展されており、試飲コーナーが沢山❤大島のブースでイトヨリダイのフライタルタルソースがけの試食を頂きました。このタルタルソースにはマーマレードが入っており、あっさり甘めでフライとマッチして美味しかったです。午前中のみの参加で雨が降ってきたのは残念でしたが、満喫することができました。















ピア・カウンセリング　5月18日（土）ピアカウンセリングは、自分の経験や考えを伝え、分かち合い、自分で問題解決が出来るように手助けをする会です。初めて参加された方は「難しく考えていました、次はリーダーができそうです。」と話されました。難しく考える必要はありません。ご参加お待ちしています。





Y さんが育てられているお花を「支援センターに」とアレンジして頂き、事務所前のカウンターに飾りました 花があると気分も明るくなります✿ ありがとうございました。

6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5月30日より受付いたします。※					1
2 茶話会 卓球活動	3 ※13時45分まで閉所	4 はまかぜさん 15時半～	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14 スポ活 	15
16	17	18	19	20	21	22
23　M・M・T ピア 女子会 30	24	25	26 語ろう会 ※10時～14時閉所	27	28 ※15時まで閉所	29 レクバレー

※直近3ケ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。※

※重要※　警報等発令された場合、身の安全を一番に確保して頂く為、予告なく閉所もありえますので、予めご了承ください。

６月活動予定表

※　お知らせ：各活動の登録は５月３０日より受付いたします。※

※　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ときには、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。

茶話会　福祉のつどい

日時：平成31年6月2日(土)
9時45分～12時30分
場所：新町ドーム　集合場所：新町角駐車場
※現地集合・現地解散
送迎の必要な方はご相談下さい。※
参加費：実費
申込み締切り：5月31日（金）17時まで

「はまかぜさん」が来ますよ～

日時：平成31年6月4日（火）
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！！※



メンバーミーティング

日時：平成31年6月23日（日）9時～
場所：支援センターくじら

女子会　～第５弾～「ふぇみにん」

日時：平成31年6月23日（日）
14時～16時
場所：支援センターくじら
対象者：ふぇみにんのメンバー
申込み締切り：6月20日（木）17時まで

卓球活動　卓球大会に向けての取り組み！

日時：平成31年6月2日（日）14時～16時頃
場所：本部ビル3階の予定　　支援センターくじら集合
対象者：卓球大会へ出る意欲のある方のみ。
※飲み物持参でお願いします！
申込み締切り：5月31日（金）17時まで

スポ活　バッティングセンター

日時：平成31年6月14日（金）10時～12時
場所：保内アニマルの予定
集合場所：支援センターくじら
費用：自己負担（目安：1,000円程度）
申込み締切り：6月13日（木）17時まで

ピア・カウンセリング

日時：平成31年6月23日(日)　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：6月20日（木）17時まで

語ろう会　さつま汁

日時：平成31年6月26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：6月24日（月）17時まで

レクバレー

自己負担ですが、一緒に昼食を食べながらお話しませんか？(強制ではありません。)

日時：平成31年6月29日（日）9時～11時　　場所：　保内中央体育館
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：6月28日（金）17時まで　※送迎が必要な方は申込時にお申し出下さい。※
次回：体育館の都合により決まり次第連絡します。



※直近3ケ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。※



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