相談支援事業所 地域活動支援センターくじら

Message

2020.3月
第227号

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

女子会　2月2日（日）キキララ☆最終回

カフェでおいしい食事を頂きながら、全5回コースを振り返りました。今回は体調等でメンバーが欠けることもなく、各回を通して、よりメンバー間の仲が深まったとの感想が聞け、スタッフも温かい気持ちになりました。関係機関の方々にご協力いただき、内容も充実したものとなりました。皆様、今後ともよろしくお願いいたします！





大洲市にある7716（なないろ）お薦めです！　ぜひ行ってみてください！

ピアカウンセリング

この会は、それぞれの思いを議題にあげ、個人の考えや体験を共有することにより安心と勇気を得ることができる会です。少しでも胸に秘めているものがある方、是非ご参加ください！少しはスッキリしますよ！

メンバーミーティング

2月9日（日）4名の参加で話し合い、「そろそろ焼肉に行きたい」「ドライブに行きたい」「行くなら長距離がいい」等ご意見を頂きました。このご意見を参考に検討します！お楽しみに。。。

卓球活動　2月9日（日）ラリーでは相手に打ち返し長く続ける練習や、スマッシュでストレスを発散しつつ、試合では練習を活かし「負けるわけにはいかん」「くそ～！！」「あ～っ！！」「よっしゃ～！！！」と真剣な中にも笑いあり。はまスタは愛媛県障がいスポーツ大会に向け飛躍しています！



はまかぜさん　2月10日（月）今回は「自己紹介を兼ねて、テレビ番組の話をしよう！」との事で、それぞれよく観ていた番組の話をしました。懐かしい番組の話で「それ、私も観てた！」など、話に花が咲きました。次回は3月6日（金）です！沢山のご参加をお待ちしています！





スポ活　2月14日（金）　今回は卓球！

予定していた参加者の方々は、体調不良等でキャンセルとなり、とても残念でしたが、以前より見学、体験を希望されていた方が参加されました。スタッフと一緒に良い汗をかき、楽しんで頂くことができました。次回のスポ活も「卓球」を行います！季節の変わり目なので、体調管理をしっかりしましょう！



今年こそ　笑顔で会話　皆さんと
イラスト：カナッペ



ここで一句

高校の　進路決めると　変化する　　S・T

交友関係が増えますね！
一期一会　大切に！

３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
1 卓球活動	2 12時から閉所	3	4	5	6 はまかぜさん 15時半～	7
8	9	10	11	12	13 スポ活	14
15	16	17	18	19	20	21 レクバレー ピア
22	23	24	25 語ろう会 ※10時～14時※ 閉所	26	27	28 ＭＭＴ 茶話会
29	30	31				

※お知らせ：各活動の登録は２月27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。※

※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。

※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。※

卓球活動　卓球大会に向けての取り組み！

日時：令和２年３月１日（日）13時半～16時半
場所：神山公民館　現地集合
対象者：卓球大会へ出る意欲のある方のみ。
※室内シューズ、飲み物持参でお願いします！※
運動の出来る服装でお越しください。
申込み締切り：２月28日（金）17時まで

「はまかぜさん」が来ますよ～

日時：令和２年３月６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！！※

スポ活　卓球

日時：令和２年３月13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
※飲み物持参でお願いします！※
運動のできる服装でお越しください。
申込み締切り：３月12日（木）17時まで

レクバレー

日時：令和２年３月21日（土）９時～11時
場所：　保内中央体育館
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：３月19日（木）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。

ピア・カウンセリング

日時：令和２年３月21日(土)　14時～16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：３月18日（水）17時まで

語ろう会　ギョウザパーティー

日時：令和２年３月25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：３月23日（月）17時まで

メンバーミーティング

日時：令和２年３月28日（土）９時～
場所：支援センターくじら

茶話会　美味しいものを食べに行こう！

日時：令和２年３月28日(土)10時～16時半頃
場所：支援センターくじら　自己負担：1000円～1500円
定員：６名　ご自分でいくことができない方対象。
申込み締切り：３月26日（木）17時まで

女子会のお知らせ

第７弾は４月の機関紙で募集します。
対象者：女性
条件：６クール参加できる方

３月活動予定表

※お知らせ：各活動の登録は２月２７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。※

卓球活動　卓球大会に向けての取り組み！

日時：令和２年３月１日（日）13時半～16時半
場所：神山公民館　現地集合
対象者：卓球大会へ出る意欲のある方のみ。
※室内シューズ　飲み物持参でお願いします！※
運動の出来る服装でお越しください。
申込み締切り：２月28日（金）17時まで

「はまかぜさん」が来ますよ～

日時：令和２年３月６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！！※

スポ活　卓球

日時：令和２年３月13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
※飲み物持参でお願いします！※
運動のできる服装でお越しください。
申込み締切り：３月12日（木）17時まで

レクバレー

日時：令和２年３月21日（土）９時～11時
場所：　保内中央体育館
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：３月19日（木）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。

ピア・カウンセリング

日時：令和２年３月21日(土)　14時～16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：３月18日（水）17時まで

語ろう会　ギョウザパーティー

日時：令和２年３月25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：３月23日（月）17時まで

メンバーミーティング

日時：令和２年３月28日（土）９時～
場所：支援センターくじら

茶話会　美味しいものを食べに行こう！

日時：令和２年３月28日(土)10時～16時半頃
場所：支援センターくじら
自己負担：1000円～1500円程度
定員：６名　ご自分でいくことができない方対象。
申込み締切り：３月26日（木）17時まで

女子会のお知らせ

第７弾は４月の機関紙で募集します。
対象者：女性
条件：６クール参加できる方

※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

ＴＥＬ：０８９４－２４－６７５０
ＦＡＸ：０８９４－２４－６６７０
メール center.kujira@kujira.or.jp

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♪