相談支援事業所　地域活動支援センターくじら

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

Message

2020.9月
第233号

女子会

8月9日（日）キラキラ☆
スマイリー第4回は料理！第2回の勉強会に教えていただいた各個人に足りない栄養素をメニューに取り入れ、栄養満点の食事を作ることができました。「これなら作れそう」「また家でも作ってみたい！」という声も多く、実践後の感想を聞けるのが楽しみです♪







はまかぜさん

8月11日（火）会長さんを囲み、座談会をしました。色々な話が出た中でも、給付金で大きい買い物をしたという話題で盛り上がりました。次回は9月10日（木）15時半からです。沢山のご参加をお待ちしています！

スポ活

8月14日（金）お盆休みという事で初めて参加される方と共に、ラリーや、試合をしました。初めて参加された方からは「ラリーがあんなに続くとは思わなかったし、試合で点を取れると思わなかった。楽しかった。」との感想がありました。初めての方も楽しめる活動です。是非ご参加を♪





レクバレー

8月23日（日）風通しの良い神山小学校で行いました。久しぶりに関係機関の方の参加もあり、ハッスルプレーをきっかけに、皆動きの良いプレーを連発しました。試合では1.2.3で返すプレーがきれいに決まると一層盛り上がり、ソーシャルディスタンスを保ちながら楽しい時間を過ごしました。片づけでは、感謝の気持ちを込めて、入念に消毒をしました。







卓球活動

8月23日（日）参加者6名で、いつもの流れからスタートし、準備体操、ラリー、総当たりで試合を行ないました。皆さん自主的に動かれ、いつものごとく良い汗を流しました。











９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。
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。

日	月	火	水	木	金	土
（支援センターからのお願い。） 支援センターは、人が集う場所です。支援センターをご利用される方は、人と距離を取ってお過ごしください。また、マスク着用にご協力ください。		1	2	3	4	5
6 女子会 卓球活動	7	8	9	10 はまかぜさん	11 スポ活	12
13 レクバレー ピア	14 13時まで閉所	15	16	17	18	19
20 M・M・T 茶話会	21	22	23 語ろう会 ※10時～14時閉所※	24	25 13時半～ 座談会	26
27	28 14時から閉所	29	30	※お知らせ：各活動の登録は９月１日より受付いたします。※　コロナウィルス感染拡大防止の為、急な変更、中止があると思います。ご了承ください。		

※平日、支援センターを利用されたい方で、交通の便でお悩みの方は一度、ご相談ください。※

女子会　キラキラ☆スマイリー

日時：令和２年９月６日(日)　９時半～12時
場所：支援センターくじら　参加費：自己負担
対象者：キラキラ☆スマイリーのメンバー
申込み締切り：９月４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９月６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：９月４日(金)17時まで

「はまかぜさん」が来ますよ～

日時：令和２年９月10日(木)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　風船バレー

日時：令和２年９月11日(金)　10時～12時
場所：　３階研修室　（支援センター集合）
※飲み物・タオル・着替えを持参の上、
運動のできる服装でお越しください！※
申込み締切り：９月10日(木)17時まで

レクバレー

日時：令和２年９月13日(日)　９時～11時
場所：神山小学校　現地集合・解散
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：９月11日(金)17時まで

ピア・カウンセリング

日時：令和２年９月13日(日)　14時～16時
場所：支援センターくじら　参加費：50円
定員：6名(先着順)
申込み締切り：９月10日(木)17時まで

メンバーミーティング

日時：令和２年９月20日(日)９時～
場所：支援センターくじら

語ろう会　親子丼・豚汁

日時：令和２年９月23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：９月18日(金)17時まで

茶話会　DVD鑑賞

日時：令和２年９月20日(日)14時～16時
場所：支援センターくじら
参加費：200円　定員：6名(先着順)
申込み締切り：９月17日(木)17時まで

９月25日13時半から座談会をします！
時間がある方はお寄り下さい。申込み不要。

９月活動予定表

※お知らせ：各活動の登録は ９ 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

※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。※

※活動申し込みをされるときには、ほかに予定がないかをよく確認してキャンセルのないようにお申し込みください。※

女子会　キラキラ☆スマイリー

日時：令和２年９月６日（日）　９時半～12時
場所：支援センターくじら　参加費：自己負担
対象者：キラキラ☆スマイリーのメンバー
申込み締切り：９月４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９月６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：９月４日（金）17時まで

「はまかぜさん」が来ますよ～

日時：令和２年９月10日（木）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　風船バレー

日時：令和２年９月11日（金）　10時～12時
場所：３階研修室　（支援センター集合）
※飲み物・タオル・着替えを持参の上、
運動のできる服装でお越しください！※
申込み締切り：９月10日（木）17時まで

レクバレー

日時：令和２年９月13日（日）　９時～11時
場所：神山小学校　現地集合・解散
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：９月11日（金）17時まで

ピア・カウンセリング

日時：令和２年９月13日（日）　14時～16時
場所：支援センターくじら　参加費：50円
定員：6名（先着順）
申込み締切り：９月10日（木）17時まで

メンバーミーティング

日時：令和２年９月20日（日）９時～
場所：支援センターくじら

語ろう会　親子丼・豚汁

日時：令和２年９月23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：９月18日（金）17時まで

茶話会　DVD鑑賞

日時：令和２年９月20日（日）14時～16時
場所：支援センターくじら
参加費：200円　定員：6名（先着順）
申込み締切り：９月17日（木）17時まで

９月25日13時半から座談会をします！
時間がある方はお寄り下さい。申込み不要。

支援センターからのお願い。　支援センターは、人が集う場所です。支援センターをご利用される方は、人と距離を取ってお過ごしください。また、マスク着用厳守でお願いします。



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