Message

相談支援事業所　地域活動支援センターくじら　2021. 11 月
八幡浜市五反田 1-106　TEL:0894-24-6750　Fax : 0894-24-6670　第 246 号



＜もみじ狩り新谷稲荷山神社～おはなはん通りのドライブ＞

もみじにはまだ早い少し肌寒い日でしたが、稲荷山神社にお参りしました。その後は鵜飼育場で鵜を見て、ぽこぺん横丁、おはなはん通りへ。

近いのにあまり行く事のない場所へのドライブで、皆さん楽しく過ごしました。



＜映画鑑賞会：魔女の宅急便＞



メンバーミーティングで「ジブリ映画が大画面で見たい！」という希望がでましたので、10 月はじめはジブリの日。**魔女の宅急便**を観ました。

「感動して涙が出た」という方や「初めて観たけど、いいですね」という方も。落ち込んだりもするけど、いい映画を観ると、元気になれますね。観たい映画のある方は是非、連絡を。



＜スポ活：ボーリング＞

「な・か・や～ま・りつこさん！」の懐かしい歌とともにゲーム開始。それぞれのボールと思い思いのフォームで２ゲームから本調子になる人、ストライクが続く人、皆のストレス解消にもなった楽しい時間でした。



＜卓球活動＞

接戦につぐ接戦で今月も「**地活くじら杯**」に向けて、メンバー皆さん頑張っています！



令和４年２月に「**地活くじら杯**」を予定します。大会までに練習したい方も是非、参加してください！大会要項については今

＜「はまかぜさん」が来る～＞

さぁ～て、今月のはまかぜさんは。

みんなで最近の出来事について語り合いました。市内のビジネスホテルに気分転換で泊まった人、バイクの購入を考えている人。コロナ禍でも楽しみ方はそれぞれで。考え方次第だなとしみじみ。乾杯（もちろんコーラですよ）した後は、元気に介護予防体操もしました。

毎月の「**はまかぜクラブ**」でも楽しいイベントもあるそうです。そちらも気になりますね。

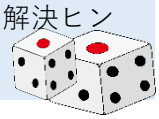




＜ピア・カウンセリング＞

「何が出るかな？」サイコロを振ってアイスブレイクをした後、値上がりをしたら困る物、デートスポット等の話で盛り上がりました。

地域で暮らす毎日がよりハッピーなものになるために、ピアメンバー各々の困りごとの解決ヒントを話し合うことができました。



〈レクバレー〉

今月は久しぶりに４体４でのゲームが出来ました。新メンバーもサーブが上手く入るようになりました。

今年の大会参加は見送りましたが、次年度は四国大会を目標に頑張ります！



＜語ろう会：いも炊きｉｎセンターくじら＞

「団子の柔らかさがちょうどいい！」

「缶詰を使った炊き込みご飯は初めて。」

管理栄養士による脂質異常の栄養指導についても質問があり、いつも以上に健康意識の高い語ろう会になりました。



＜作品コーナー＞

秋になると　暖かいもの　今でしょ

Ｓｔさん俳句



K・Kさんの作品。
職員の似顔絵です

＜＜緊急告知！！＞＞

12月4日（土）　**「ふれあい県民ボッチャ大会」**　が伊予市しおさい公園であります。地域活動支援センターくじらでチームを作って参加します。参加してくれる方は**11月４日夕方まで**に地域活動支援センターくじらまでご連絡ください。３名以上集まれば大会にエントリーします。詳しい内容を確認されたい方は、センターまでご連絡ください！

2021年11月予定表

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
	1	2	3	4	5 スポ活	6
7 カラオケ	8 13時半から閉所	9	10	11	12 はまかぜ 15時半頃～	13
14 レクバレー ピア	15	16	17	18	19	20
21 卓球活動 茶話会	22 13時半から閉所	23	24 語ろう会 ※10時～14時閉所※	25	26	27
28 MMT クリスマス準備	29	30				

※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。

コロナウィルス、インフルエンザ感染等、台風等気象情報等により、急な変更、中止もあります。ご了承ください。

令和３年１１月活動予定表

お知らせ：各活動の登録は １１月 １ 日から受付いたします。

ご参加されるためには、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。

カラオケの日
日時：11 月 7 日 14～16 時
場所：支援センターくじら（13 時半集合）

「はまかぜさん」が来られます
日時：１１月１２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
日時：令和 3 年 11 月 14 日（日）14 時～16 時
場所：支援センターくじら
参加費：５０円（おやつ代）
定員：６名（先着順）
申込み締切り：11 月 12 日（金）17 時まで

茶話会　三間米を食べよう
（ミニキャンプ気分を楽しもう！）
日時：１１月２１日(日)１３時～16 時
集合場所：支援センターくじら集合
希望者多数の為、車を持っていない方のみ。
参加費：自己負担　　定員：８名（先着順）
申込み締切り日：11 月 15 日（月）17 時まで

芸術の日：クリスマスの準備をしよう
日時：令和３年１１月２８日（日）　14～16 時
場所：支援センターくじら　参加費：無料
定員：何名でも
申込み締切り：11 月 26 日（金）17 時まで
お手伝してくれた人にもプレゼントが・・？

メンバーミーティング（M・M・T）
日時：１１月２８日（日）　９時～
場所：支援センターくじら

スポ活　～カローリングに挑戦！～
日時：１１月５日（金）10 時～12 時
場所：八幡浜スポセン（地活から送迎あり）
飲み物・タオルを持参の上、運動のできる服装でお越しください！
申込み締切り：11 月４日（木）17 時まで

レクバレー
日時：11 月 14 日（日）9 時 30 分～11 時 30 分
場所：神山小学校
準備物：タオル・飲み物持参の上、
運動の出来る服装でお越しください。
申込み締切り：11 月 12 日（金）17 時まで

卓球活動　卓球大会に向けての取り組
日時：１１月２１日（日）10～12 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：11 月 19 日（金）17 時まで

語ろう会～くじら部屋のちゃんこ鍋～
日時：令和３年１１月２４日（水）10～14 時
場所：支援センターくじら
参加費：400 円（材料費）
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：11 月１９日（金）17 時まで

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♪