

# 地域活動支援センター かけはし Letter

## つばさ

平成30年2月1日発行



寒い日が続きますが、みなさん、いかがお過ごしでしょうか。鬼は外！福は内！  
厄を吹き飛ばし、晴れやかに上を向いて過ごしましょう!(^)/

## かけはし ある日の活動

「かけはしの活動」に焦点をあてて特集にしました。(^^)/



### 【音楽サークル・THE BAND】

Iさん：「ふれあい交流会に向けて頑張ろう。いい感じになってきたね！」

Sさん：「音量の調整とか大丈夫かな」

Mさん：「早めに着いて準備しないとね・・・」  
・・・なんとなくシーン・・・

「みんな！今週はリハーサルだよ！本番はまだ一か月先だよ！笑」「そうよね～笑」 **チャンチャン♪**

\*このように、楽しさも緊張感もあるバンド活動です(^  
♪(肥口)

### 【手芸サークル】

手作りが好きな人♥集合！  
持ち込み材料で自由制作(^)  
作る過程を楽しんで使う楽しみも Good！  
バザーの出店作品なども共同製作しています。



↑ふれあい交流会記念品



↑バザー



←いろいろ作っています(^)

◎自由参加です！手芸に興味のある方、ぜひ遊びに来てください。(宇都)

### 【ヨガ教室】



かけはしでは、ヨガサークル活動を始めて10年以上になります(^)

前屈がとっても苦手な初心者さんから、参加歴10年のベテランさんまで気持ちよく体を動かしています!(^^)!

ヨガ講師・福満先生です(^)/



いつも丁寧に優しく  
ご指導くださり、先生の笑顔  
と言葉にエネルギーをもらっ  
ています☆



### 【卓球サークル】

最近、卓球サークルの利用を始めたメンバーさんに感想を聞いてみました！

#### 高谷美代さん

「私は昨年の12月末から卓球サークルの活動を利用しています。初めは右も左も分からないし、うまくできませんでしたが、他の利用者や職員が丁寧に教えて下さり、今では楽しく球を打てるようになりました。もっとうまくなりたいし、楽しいのでこれからも体調をみながら、活動をしたいと思います。

\*卓球は気軽に楽しめるスポーツです！

ゆっくりと乱打を楽しむもよし！

試合で腕試しをするもよし！

観ているだけでも楽しいです(^)

みなさんのご参加、お待ちしております。

(下之門)

## 【家族会】



「最近、子どもがあまり外出しないようになってきたんです。」

「そういえば、障害福祉サービスでわからない所があるんですけど？」

「うちでは今こうしているよ。」など、地域にお住いの障害を持たれた方のご家族が月1回集まり、お茶を飲みながら和気あいあいと情報交換を中心に交流をされる会です。スタッフも入り、最近のサービスの状況だったり、各機関で行われる講演会やイベントなどの情報をお伝えしたりと和やかな雰囲気です。(稲富)

【2月の家族会】2月24日(土)15:30~

【3月の家族会】3月24日(土)15:30~

\*今月、紹介できなかった活動や、今、休止している活動もありますが、みなさんの「居場所」になれるような活動を目指しています。一緒につくっていきましょう!(^\_^)!

## 年忘れ年越しそば大会!

平成29年12月29日、かけはし2階フロアにて、年越しそば大会を開催しました。

「料理はおまかせ(手芸も♡)」の宇都スタッフの企画に、「料理好き!」「やってみたい!」「どんな感じなのかな!?!」「食べるのが好き~!」の皆さんに集まっていただき、とても楽しく、とても美味しい(^\_^)時間を過ごすことができました。



↑そば&炊き込みご飯



↑スイーツ(^o^)



次の企画をお楽しみに(\*^\_^\*)  
一緒においしい時間を過ごしましょう!

## つばさ編集部

たっ太郎のおすすめ温泉\*「たっ太郎」はペンネームです\*

「私の好きな温泉」という特集をしたいと思い、いろいろ浮かびましたが、坂之上の『湯の川温泉』を思いつき、その話を友だちとしていると、「(湯の川には)サウナがあった」という事でした。自分の記憶の中にはなかったため確かめに行きました。ちょうど事業所の正月休みだったので、自分へのご褒美でもあります(^)

!サウナ、ありました!少し狭い感じはあり、他の方が二人いたのでどうしようかな、と迷いましたが思い切って入りました(^)水風呂もありました。電気風呂やジェット風呂もあり、温度は私好みでした。(42.5℃くらい)風呂上りに、お約束のコーヒー牛乳をと思いましたが、なんと、売り切れで..、牛乳を飲んで帰りました!みなさん、年に一度くらいは銭湯もいいですよ(^)

「私の好きな温泉」の特集も企画しています。突撃取材するかもしれませんのでよろしくお願いします!

## ~~ 2月の活動予定 ~~

### ■月曜日:

音楽サークル (5日 12日 19日 26日)

ヨガ教室 (5日 12日 19日 26日)

水曜日:手芸活動(7日 21日 28日)

水・土曜日:断酒ミーティング「ひまわり会」

■木曜日:喫茶「こーひー屋」

休止中です。

■金曜日:卓球サークル 14:00~15:00

(2日 9日 16日 23日)

■映画の日(13:30~)

11日(日)『キャッチミー イフ ユー キャン』

25日(日)『男はつらいよ 寅次郎と殿様』

■カラオケ

3日(土) 15:30~

17日(土) 15:30~

◇上記イベントについては変更することがあります。

先月号のクイズの答え:パンニハムハサムニダ

## 地域活動支援センター かけはし

鹿児島市光山一丁目6番1号

TEL (099)261-5100

ホームページ

<http://www.youzenkai.or.jp/kakehashi>

メール:kakehashi-y55@eos.ocn.ne.jp