

# 地域活動支援センター かけはし Letter つばさ

令和 元年 5月 1日 発行

## 新たな元号 決まりました



元号が変わることで新たな目標を立てた方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

目標を意識して日々を生きるということは一年後の自分の為に大切な事なのかもしれません。例えば「1日に3人以上に気持ち良い朝の挨拶をしよう」が目標だとしたら  $3人 \times 365日 = 1,095人$ ！「継続は力なり」ですね。

## 色々な才能・紹介します

★1人目紹介・・・おりがみ名人 M・Tさん★

かけはしに来られる方々には色々な才能を持った方がいらっしゃいます。上のテレビの中の折り紙細工もそのひとつです。



★2人目紹介・・・野菜名人 T・Eさん★

「最高のそら豆でしょう」と見せてくれます。

かけはしで調理して皆でおいしくいただきました。

仕事に自信をもっています。「すごっ



## 5月12日は母の日です

★お母さんに感謝の気持ちを伝えたいけれど、照れくさくて思いを伝えるのは難しいですね。本のプレゼントはどうでしょうか。

### 詩集「おかあさん」

著者：サトウハチロー

子供の頃に読んで泣きました。大人になって読み返したとき泣きました。どうしてこんなに泣けるんだろう。



### 絵本「でんでんむしのかなしみ」

著者：新美南吉

上皇后さまがお話になったことで多くの人に読まれています。私の背中の中の殻のなかにはかなしみがつまっていると嘆くでんでんむし。そのかなしみをどうするのか・・・続きはかけはしに掲示しておきます。



## ゴールデンウィークです

4月末の連休と5月の連休が繋がっての10連休です。祝日に挟まれた平日は国民の休日になるそうです。素敵な時間を過ごせますように。

4/29 昭和の日

(昭和の時代を顧み国の将来に思いをいたす日)

4/30 退位の日 (今年だけ祝日)

5/1 新天皇即位の日

(今年だけ祝日)

5/3 憲法記念日

(日本国憲法の施工記念)

5/4 みどりの日

(自然に親しむ・恩恵に感謝し豊かな心を育む)

5/5 こどもの日

(子供の人権を重んじ幸福をはかると

共に母に感謝する日)



## ～～ 5月の定期的活動予定 ～～

### 月曜日

#### 音楽サークル

(6日、20日、27日)

13:00～15:00

\*5月11日(土) ミュージックフェスタ参加



#### ヨガ教室

(6日、13日、20日、27日)

15:30～16:30



### 水・土曜日

#### 「ひまわり会」断酒ミーティング

(水・土の 10:30～11:30)

※第1土曜日は 10:00～



### 木曜日

#### セルフカフェ

13:30～16:00

16日(木)



### 水・金曜日

#### 卓球サークル 参加者募集中!!

14:00～15:00

水曜日: 15日, 29日(コパンと合同)

金曜日: 10日, 24日, 31日

※活動曜日が一部変更になり水・金(隔週)になりました。



### 土曜日

#### 手作り工房: 手芸/小物作り/工作等

13:00～14:00

(4日グリーンカーテン作成

18日タオルキャップ作成)



#### カラオケ

15:00～16:30

(4日・18日)



※セルフカフェをご準備しています♪



#### 家族会

月1回土曜日に、精神の病や障がいにより  
生きづらさを抱えた方のご家族が集まり、座談  
や勉強会を行っております。

ご家族同士だからこそ分かり合えることなど、  
お茶を飲みながらゆっくりと、語り合える場だ  
と思います。どうぞ気軽にお越しください。

5月25日(土) 13:30～15:00

お茶を飲みながらお話ししましょう♪

### ★ゴールデンウィーク特別企画★

5月1日は、**！かけはし映画の日！**として、  
午前と午後と2回の映画上映をします。  
かけはしの仲間と一緒にお茶を飲みながら、  
ゆったりと映画を楽しみませんか？(\*^\_^\*)  
\* (内容変更の際はご了承ください)



音楽を聴いたり♪

読書をしたり(^-^)/



一緒にお話しも  
しましょう(^-^)

### 休館日について



5月の休館日は、  
**5日と19日の日曜日**です。

ご確認よろしくお祈いします。

### 地域活動支援センター かけはし

住所: 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](mailto:kakehashi-y55@eos.ocn.ne.jp)