

地域活動支援センター かけはし Letter つばさ



令和2年 4月 1日 発行

菜の花がきれいに風になびき、春の訪れを感じる今日この頃です。今年は、新型コロナウイルスの影響でなかなか外出も考えさせられますが、適度な運動・バランスの良い食事で体調管理に気を付けていきたいですね。いつもかけはし Letter つばさをお読みいただきありがとうございます。

☆合同卓球練習☆

3月6日、坂之上病院デイケアメンバーとかけはし卓球サークルのメンバーで合同練習会をしました。

はじめは皆さん緊張して動きも鈍い様子でしたが、時間が経つにつれ、すごいサーブが飛びだしたり、ラリーが続いたり、狙うかのようにエッジボール(卓球台の角に当たり玉の速さや角度が変わること)が多くでるなど、様々な好プレーがみられました。生活サポートコパンとも月に2回、合同練習を行っています。興味のある方はぜひ参加してみてください！日程はかけはし活動予定表でチェックをよろしくお願いします。



◇エコ活動◇

かけはしではエコ活動を実施しています。



エコ活動とは、毎月1回、ペットボトル・ペットボトルキャップや段ボールなどを集め、イオン鹿児島敷地内にあるエコステーションに持っていく活動です。

今年度は合計8回行い、感謝状を頂きました。来年度も継続して行う予定です。一緒にエコ活動に取り組んでくださる方は、かけはしスタッフまでぜひお声掛けください。



♡カラオケ&カフェ♡



3月17日、かけはしの活動でカラオケ&カフェを行いました。はじめは2人だったのですが、いつの間にか7人になり、歌う人・踊る人・手を叩く人・話をする人様々で、2時間という時間があっという間にすぎました。今回歌われた曲は、「オフィシャル髭男dism」「菅田将暉」「いきものがかり」「絢香」「ポルノグラフィティ」「あいみょん」「倅田來未」「Forin(フーリン)」「DA PUMP」などでした。参加されたみなさん大熱唱で、とても盛り上がりました。



♣手づくり工房

~ガーゼマスク作りの巻~ ♣

3月21日(土)かけはし手づくり工房の活動を行いました。



今回は新型コロナウイルスの影響で、マスク不足で困っている方も多いため、手づくり工房で皆さんと一緒に立体マスクを作成しました。

現在、手作りマスクの材料もなかなか不足して

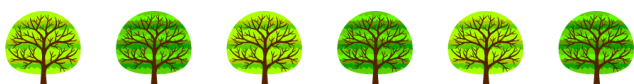
いる状況で、材料もできるだけ手に入りやすいものを工夫しながら作りました。型紙を使い、ひと針ひと針縫い、アイロンで押さえ、ゴムを入れ、自分だけのオリジナルマスクが完成しました。1度作ると分かりやすいので、ご家族と作ってみるのもいいかもしれません。手作りのマスクを身につけ、病気の予防に取り組んでいきましょう！4月の手づくり工房(4月11日土曜日)もマスク作りをしたいと思っています。参加ご希望の方はかけはしまでお問い合わせください。



♡アートサークル♡

3月18日かけはし2階にてアート活動を行いました。今回のテーマは「春」ということで自分の感じるままに春の色を塗りながらスタートしました。

絵は好きだけど表現の仕方が分からないという悩みもあり、簡単に描けて素敵に仕上がる方法も使うことで、「おっ！簡単」と個性的な作品が次々に出来上がっていきました。アートサークルは誰でも自由に参加できるので、絵画だけではなく造形物や貼り絵・塗り絵・スクラッチなど様々な作品作りのヒントも提供していきたいと思えます。一緒に楽しむ仲間を募集しています！



～お知らせ～

【第9回 長井利明 作品展】

令和2年4月27日(月)13:00～

5月3日(日)16:00まで

(4月30日(木)は休館日)

谷山サザンホール展示室にて、開催致します。長井さんが絵に向かう姿・作品展を作りあげる努力に私達も元気ももらっています。ぜひ皆さんも素敵な作品の数々を観にいらしてください。ご来場お待ちしております。

～4月の活動予定～

■音楽サークル:13:00～

毎週月曜日(6日.13日.20日.27日)

■ヨガ教室:15:30～

毎週月曜日(6日.13日.20日.27日)

■断酒ミーティング「ひまわり会」

毎週水・土曜日:10:30～

※第1土曜日は10:00～

■卓球サークル

水曜日:1日.15日(コパンと合同)

金曜日:10日.24日

■家族会

4月25日(土)13:30～

お茶を飲みながらお話ししましょう♪

■手づくり工房

4月11日(土)13:00～14:30

■帖佐人形絵付け会

4月23日(木)13:30～

■セルフカフェ&カラオケ

4月9日(木).18日(土)13:30～15:30



休館日について



4月の休館日は、

5日と19日 日曜日です。

ご確認よろしくお願ひします。

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@youzenkai.or.jp