

地域活動支援センター

かけはし Letter

つばさ

令和4年12月号

ハロウィンの飾りつけを作り終えた余韻に浸っていたら、もう12月。少しずつ冬の寒さも厳しくなり始めるこの時期をいかがお過ごしでしょうか。

12月は正月準備にクリスマス！何かと忙しい時期になりそうですが、この年の瀬をかけはしと一緒に乗り越えましょう！

かけはしでお待ちしています♡（迫口）

ご報告

ピアサポーター訓練生から

今回は料理上手な訓練生から美味しそうなレシピが届きました☆日々の生活の中で料理をするのが楽しみや息抜きになっているそうです😊

ピアサポーター訓練生の王子田です！今回は私の得意な3時のおやつにおススメのデザートレシピをご紹介します！

★バイクドチーズケーキ★

- ・クリームチーズ200g、・砂糖40g、
  - ・溶き卵1個、・(お好みで)レモン汁大さじ1
- ①クリームチーズをレンジで600W30秒で温め、ボウルに移し砂糖をかけ混ぜる
  - ②馴染んだところに溶き卵を加え、さらにかき混ぜる
  - ③お好みでレモン汁を加えるとレアチーズ風に♪
  - ④クッキングシートを引いた12cmの型に流し込み、オープンの170度45分で焼く
  - ⑤焼きあがったら取り出し、粗熱を取ってから冷蔵庫で1日休ませ出来上がり！

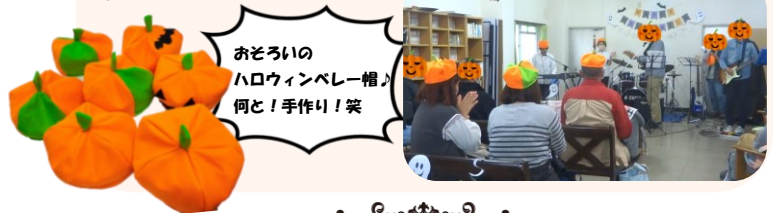
★ダルゴナコーヒー★(コップ5杯分)

- ・インスタントコーヒー大さじ5、・砂糖大さじ5、
  - ・お湯大さじ5、
- ①材料全てをペットボトルに入れ5分程振る
  - ②ホイップ上になったら牛乳の上にかけて(ホット、アイスはお好みで)バイクドチーズケーキと一緒に召し上がりください！



ハロウィンイベント

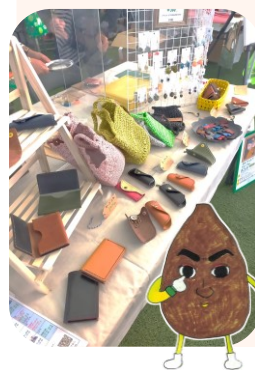
10/31(月)はハロウィンイベントを行いました🎃当日のかけはしは、活動で作ったフラッグやモビールなどのハロウィンの可愛らしい飾りつけが雰囲気盛り上げてくれました♪来所された皆さんにはお菓子のプレゼントがあり、バンド活動と音楽の会のメンバーが曲を演奏し、楽しませてくれました。この日のためにスタッフが夜なべして(?)作ったカボチャの帽子を被ったり、自前で仮装された方もいらっしゃって、みんなでワイワイと楽しめるハロウィンイベントになりました☆彡



おそろいのハロウィンベレー帽♪何と！手作り！笑

わくわく福祉交流フェア × 地域活動支援センター かけはし

10/6(日)かんまちあで行われたわくわく福祉交流フェスタに出店しました！かけはしでは手作り工房で製作した革細工のキーカバー・キーケースや名刺入れ、ピアスやイヤリングなどを販売しました。販売を担当された利用者さん方と接客、ラッピング、会計と分担し(打ち合わせもしてないのにすごいチームワーク!)、自分たちが頑張った作品を買っていただけたのがとても嬉しかったです。(大事に育てた子



がお嫁に行くような少し寂しい気持ちに浸っていたスタッフもおりました😊笑)

3年ぶりに開催されたイベントで、お客さんも出店された事業所も多く活気に溢れた1日となりました♪

-おいも参加了!(おいも君)

みいちゃんのアドバイス♡♡♡

こうだったら良い。こんなじゃなかったのに。とりあえず口に出してみる「吐」き出してみる。ツライコトも良かったコトも。はじめはツライコトばかりだと思う。けど、たくさん「吐」いて、「マイナス」の部分がなくなる様に考える。「マイナス」が取れたら、あなたの夢や希望は「吐」うでしょう。だから、口に出して吐き出してみる。(吐一吐)

※かけはし利用者のみいちゃんさんの投稿でした(^^) /

## 今月の活動紹介

これが  
400年の歴史

# 帖佐人形絵付け体験

12/7(水)に帖佐人形の絵付け体験を行います。  
去年も大盛況だったこの企画を今年も開催！参加費  
1人500円と費用が掛かりますが、なかなか出来  
ない帖佐人形の絵付け体験をかけるはしていかげでし  
ょうか？



ちなみに今回の帖佐人形は来年の干支  
の「ウサギ」。「あー心がびよんびよん  
するんじゃ」となるような作品をみん  
なで作って、来年への準備をしてみ  
ませんか？(予約制となります)

## かけはしがつなくアートの世界 & ギャラリートーク 開催!

今年も鹿児島国際大学で開催しております「かけ  
はしがつなくアートの世界」、毎年多くの作品が展  
示され好評の企画です。(11/24より大学5号館2  
階528教室にて開催中！)

12/10(土)13:30から今年もギャラリート  
ークを行うこととなりました！大学の先生による作  
品の紹介やワークショップで陶芸制作、デッサンな  
ど行います。また当日に以前募集していたロゴとデ  
ザインの表彰式を行う予定です。出展作品の講評も  
行う予定ですので、この機会にアートに触れてみま  
せんか？ご参加お待ちしております！(予約制とな  
ります)



## 今月のお知らせ

かけはしでは、すべての活動を要予約制として活動  
していますが、感染状況により急な中止や人数制限を  
行う場合がございます。また来所の際は『来所前の自宅  
での体温測定の徹底』を改めてお願いします。普段より  
熱が高い、体調に異変がある際には来所前に一度電話に  
てご相談下さい。今後ともコロナ感染予防対策へのご  
理解・ご協力をお願い致します。



12月

4日・18日が休館日です。

ご確認よろしく申し上げます。

## 12月の活動予定

■月曜日

バンド活動 13:00~15:00

5日・12日・19日

(19日は10:00~12:00)

ヨガ教室 15:30~16:30

5日・12日・19日・26日

■火曜日

珈琲と語ろうかい : 6日 15:00~16:00

■水曜日

特別企画「帖佐人形に色付けをしよう」

7日 13:00~15:00

アート工房 : 14日 13:30~14:30

お正月の準備をしよう

特別企画「おそばを作ろう」

28日 13:30~15:00

■金曜日

かけはし卓球 14:00~15:00

2日・9日・16日・23日・30日

■土曜日

音楽の会 : 3日・10日・17日・24日

前半 : 13:15~14:15 後半 : 14:30~15:30

(24日はイベントリハ 13:00~14:30)

アート展ギャラリートーク(国際大にて)

10日 13:30~15:30

(かけはしより一緒に行かれる方は13:00  
集合です)

家族会 : 24日 13:30~14:30

音色くらぶ : 24日 15:00~16:30

■日曜日

スイッチの日 : 11日 10:30~11:30

かけはし当事者研究 : 11日 13:30~14:30

麻雀同好会 : 25日 10:00~11:30

クリスマスコンサート 25日 13:30~14:30

## 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](mailto:kakehashi@youzenkai.or.jp)

かけはし広報誌と活動予定法はホームページで確認できます！  
詳しくは「かけはしブログ」で検索するか「ホームページQRコード」を  
読み取りご確認ください！



ホームページ QR→

←メールアドレス QR

