

かけはし見学会

～グループホームしのびの皆さん編～

5月20日(土)、グループホームしのびの利用者様とスタッフ様総勢14名の方がお越しくださいました！かけはしの施設や活動の説明をさせてもらったあとは質問や貴重な意見を頂くこともできました☆スタッフ同士でも意見交換が出来るととても有意義な時間になったと思います！今後もまた、かけはしに興味を持ってくださった施設の方々へ見学・体験して頂ける機会を作っていきたいと考えておりますので是非お問い合わせくださいね😊お待ちしております！



令和5年7月号

ついに厳しい夏の季節が到来しつつありますね☀️
今月の大きなイベントといえば七夕☆皆さんは何かされる予定はありますか？私は毎年なんとなくそうめんを食べたり七夕に合った料理を作ったりすることが多いです(^)ネットの情報だと七夕の日にするランキング第1位は「星空を見る」だそう。当日は雲や雨で隠れることなくきれいな天の川が見れたら嬉しいです(*^▽^*)かけはしでも七夕の日に合わせて活動を計画していますので是非お越しください！(♪写真は去年私が作った天の川風冷やし中華です。型抜きしたチーズや切ったオクラを散らすだけで少し雰囲気が出て可愛かったのにおすすめです笑)



お知らせ

◆卓球活動について◆

今月から変わった点がいくつかあります。

活動日…**毎週水曜日**

時間…**13:30～14:30**

内容…**かけはしの利用者様だけでなく生活サポートコパン(同法人施設)の利用者様やスタッフも合同で練習や対戦を行う。**

先月から日程の変更や時間の調整などを少しずつさせて頂き、今月からこの形で活動を実施していくことになりました！参加される際はご確認のうえ来所いただきますよう、よろしくお願いいたします😊



第1回／ こころとからだの 健康講座

6月21日(水)、かけはしの新たな取り組みとして「こころとからだの健康講座」の第1弾を行いました！

外は雷雨という大変な天候でしたが、地域の方も足を運んで下さり、計8名の方にご参加いただきました☆今回は講師として、当法人所属の理学療法士である坂元先生をお招きし、フレイル



(加齢により心身が老い衰えた状態)についてお話していただきました。講座の中では、指標の1つである握力チェックや自宅のできるトレーニングなどを参加者全員で実施、学ぶことができました(*^-^*)参加して下さった方からは、



「毎月でもやって欲しいです！」「良い機会になりました！」と、嬉しい言葉をいただくことができました😊今後も様々な

テーマで開催予定です。どなたでも参加可能ですので、かけはしを利用したことがない方も是非ご参加ください(*^▽^*)

かけはしは様々な方が利用される場所になっておりますので、現在も感染対策として

『**マスク着用**』『**手指消毒**』

『**換気**』のお願いなどはさせていただきます。

ご理解とご協力のほどよろしくお願い致します。



7月の活動予定まとめ

■月曜日

バンド活動 3日・10日・24日・31日

13:00~15:00

ヨガ教室 3日・10日・17日・24日・31日

15:30~16:30

■水曜日

コパン合同卓球 5日・12日・19日・26日

13:30~14:30

■木曜日

珈琲と語ろうかい：20日※要予約

14:00~15:00

■金曜日

アート工房：7日 14:00~15:00※要予約

はーと・ぱーく見学：28日※要予約

10:30~14:30

■土曜日

音楽の会：1日・29日

前半：13:15~14:15

後半：14:30~15:30

ニコニコ祭(音楽イベント出演)：8日

11:00~16:00

家族会：22日 13:30~14:30

音色くらぶ：22日 15:00~16:30

■日曜日

Switchの日：9日※要予約

前半：13:30~14:30

後半：14:30~15:30

テーブルゲーム：23日※要予約

13:30~14:30

2日・16日・30日が休館日です。

ご確認ください。よろしくお願いします。

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@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「**かけはしフログ**」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

SWITCH

6月も実施しました Switch 活動！

キャラ数も多くて何を選ぶか
それぞれ個性が出るのが
面白かったです☆

今回は参加者の方がソフトとコントローラーを持参してくださったので「大乱闘スマッシュブラザーズ」を同時に6人で行うことができました！スマブラは64の時代からあるゲームなので案外広い世代で楽しめるんだなあと感じました☆

今月の活動宣伝

人数制限のある活動もありますので
早めの予約がおすすめです！

7月7日(金)【アート工房】
納涼アイテム！手作りうちわ体験を行います♪
絵の具などを使いますので
汚れても良い格好でご参加ください！
材料の準備がありますので**※要予約**です。

7月8日(土)【音楽イベント出演】
NPO 法人薩摩 ROCK・CLUB が主催する音楽イベントに
かけはしの“バンド活動”“音楽の会”のメンバーが参加
予定です☆物販やフリマなども一緒にしてみたいです！
興味のある方は是非お越しください！
場所：フレスポジャングルパーク(与次郎)
時間：11:00~16:00

7月20日(木)【珈琲と語ろうかい】
7月も開催！どなたでも参加できます！
珈琲を飲みながら楽しく話しましょう。**※要予約**

7月22日(土)【家族会】
精神疾患をもつ人を身内にかかえる家族が集まり、
お茶しながら同じ悩みを語り合い、互いに支えあう会です。
初回利用の方は緊張されるかもしれませんが、予約も
必要ありませんので気分転換にぜひお越しください♪

7月28日(金)【はーと・ぱーく見学】
はーと・ぱーくは鹿児島市の様々な方が利用している
施設なのですが今月はこちらの見学ツアーを企画して
みました☆興味はあるけど1人で行くのは抵抗がある
という方、改めてこの施設のことを知りたいという方、
参加をお待ちしております(^)/
※施設内のカフェで昼食予定、費用は自己負担となります。
※先着6名で要予約
(予約期限 7/15(土)まで)