

＼今月はお知らせたっぷり号！／



令和5年10月号

夏が終わり涼しさを感じつつ、秋晴れの陽気が心地よい季節になりました。この頃は外出するにも過ごしやすく、外での活動もおすすめの季節ではありますが、室内での活動も捨てがたいところです。私は絵を描くことがすごく苦手で、幼い頃に馬を書き「鳥？」と言われたことは今でも忘れません…。学生の時にはその苦手意識から楽しめなかった美術も、大人になった今、活動を通して久しぶりに触れたアートに感動しています。それは利用者の方の作品はもちろん自分で作成した作品に対しても。「言葉で伝える」とはまた違う、幼い頃にはなかった、年を経て得たもので感じて成せる表現がありました。私のように絵が苦手という方も久しぶりにアートへ触れてみると新しい趣味に出会えるかもしれません。芸術の秋、皆様の素敵な作品に出会えることを楽しみにしております。自分だけでは最初の1歩を踏み出せないという方、かけはしアート工房でお待ちしております😊

### お知らせ

### エコキャップ回収について

かけはしにて行っていたエコキャップの回収をこのたび**終了**することといたしました。今までご協力いただきありがとうございます(>\_<) ※かけはしの自販機横のエコキャップゴミ箱は今後も設置しております。自販機ご利用の際はエコキャップの分別をよろしくお願いします★

### ヨガ教室について

これまでかけはしで利用登録をされている方を中心に開催していましたがより多くの皆さんに参加していただくため、今後は月1回**一般開放の日**を作りたいと思います。利用登録をされていない方、周辺地域の皆様も大歓迎です！！

日程: **毎月第1月曜日 15:30~16:30**  
※11月から実施予定。

## 『かけはしがつなぐアートの世界』 日程について

皆さんから募集した作品を展示します♪

★ご協力いただきありがとうございます。

展示期間:11月3日(金)~11月18日(土)

場所:鹿児島国際大学 考古学ミュージアム

ギャラリートーク・ワークショップも実施予定♪

★詳細は随時お知らせします。

日時:11月10日(金)13:30~15:00

場所:鹿児島国際大学 5号館2階



### 活動報告

## こころとからだの 健康講座

第2弾!



講演中の様子②  
9名の方が参加しました!



講演中の様子①  
スライドを使って行いました。

8月25日、「こころとからだの健康講座」の第2回目を実施しました。今回お呼びしたのは坂之上病院にて精神科医として勤務されている『楠本朗』Dr.『メンタルヘルス』をテーマに講演をして頂きました。初めは少し緊張感のあった会場の雰囲気も徐々に柔らかくなり、最後の質疑応答の時間には活発な意見交換がなされていました。参加していただいた方からは「分かりやすい!」「勉強になった」と嬉しい感想も多く、開催できてよかったと感じました😊今後も色々なテーマで実施していく予定です。少しでも興味があれば是非お越しくださいね(^\_^)♪  
※10月も行う予定でしたが諸事情により開催を見合わせます。ご了承ください。



## 今月の活動紹介



今月もおすすめの活動がたくさん!

要予約の活動は早めにご連絡ください☆

### 10月1日(日)【ハッピーライフのミライ計画祭】

音楽の会(SaturdayCats)メンバーが出演予定♪  
キッチンカーやフリマ出店などもあるそうです。

お弁当



場所: かんまちあ

時間: 10:00~16:00(出演は12:30~です!)

### 10月11日(水)【ノウフクマルシェ】

バンド活動(THE BAND)メンバー出演予定♪  
農産物などの販売もあるそうです。(12日(木)も開催)



場所: 鹿児島中央駅アミュプラザ1階 AMU 広場

時間: 10:00~18:00(出演は13:30~です!)

### 10月13日(金)【アート工房】

巷で流行っているという“クリアアート”に挑戦します! スタッフも初めてですが、一緒に楽しみましょう♪※要予約



### 10月13日(金)【かごしま国体観戦】

かけはしでは定期的に卓球活動を行っており、その活動の一環として卓球観戦を行う予定です!



※要予約(定員あり)

会場: あいハウジングアリーナ松元

日程: かけはし 13:00 発/かけはし 17:00 着(予定)

### 10月21日(土)【はーとまるしえ】

今年のはーとまるしえは「ふれあい交流会」と合同開催。福祉施設で行っている活動の発表や販売があります。一緒にお出掛けしませんか? ※要予約(定員あり)

会場: はーとばーく

日程: かけはし 9:30 発/かけはし 12:00 着(予定)

### 10月28日(土)【かごしま大会観戦】

取り組みやすい運動としてかけはしでの活動も検討しているフライングディスク。かけはしからも比較的近い会場で行われるため、観戦を予定しています!



※要予約(定員あり)

会場: 鹿児島県立サッカー・ラグビー場

日程: かけはし 13:10 発/かけはし 15:00 着(予定)

## 菜の花マーチに参加してみませんか?

来年1月末にある『いぶすき菜の花マーチ』へかけはしからの参加を検討中(^^) / そこで本番に向け“運動サークル”と称して、月に1度体を動かす活動を行っていきたいと思います。マーチに出たいだけでなく、出るのは自信がないけど運動不足を解消したい方でも是非ご参加ください! 早速今月から始動!!! ※要予約

日時: 10月31日(火)15:00~16:00

場所: 光山公園 - かけはし集合

(↑かけはし近くの県道沿いにある緑地公園です)

備考: 動きやすい服、飲み物、タオル等をご持参ください。



## 10月の活動予定まとめ

■月曜日

バンド活動(13:00~15:00): 2日, 9日, 16日, 23日, 30日  
ヨガ教室(15:30~16:30): 2日, 9日, 16日, 23日, 30日

■火曜日

運動サークル(15:00~16:00): 31日※

■水曜日

コパン合同卓球(13:30~14:30): 4日, 18日, 25日  
ノウフクマルシェ: 11日

■木曜日

珈琲と語ろうかい(14:00~15:00): 5日※

■金曜日

アート工房(10:00~11:00): 13日※

かごしま国体観戦(13:00~17:00): 13日※

■土曜日

音楽の会①(13:15~14:15): 7日, 14日, 21日

音楽の会②(14:30~15:30): 7日, 14日, 21日

はーとまるしえ(9:30~12:00): 21日※

かごしま大会観戦(13:00~15:00): 28日※

家族会(13:30~14:30): 28日

音色くらぶ(15:00~16:30): 28日

■日曜日

ハッピーライフのミライ計画祭: 1日(休館日)

テーブルゲーム(13:30~14:30): 8日

※…要予約の活動

1日・15日・29日が休館日です。

ご確認よろしく申し上げます。

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

かけはし広報誌と活動予定表はホームページでも確認できます!  
「かけはしブログ」で検索するか下記のQRコードを読み込んでご確認ください



ホームページはこちら

メールはこちら

