



令和6年9月号

暑かった夏も終わりに近づき、朝夕の風に涼しさが感じられる季節となりました。今月は十五夜もあり、増々秋を感じる事ができる月になりそうです。秋の真ん中である中秋(旧暦8月15日/十五夜)は空が澄んで月が美しく見えるため、平安時代の貴族が中国伝来の月見を取り入れ、風雅な行事として楽しむようになったと言われています。この風習が庶民に広がると、秋の収穫物を供えて実りに感謝する行事に変わっていき、親しまれるようになったようです。十五夜当日はふと空を見上げてきれいなお月様に風情を感じたいものですね♪
今月もスタッフ一同お待ちしております。



お知らせ

☆switchについて☆

かけはしのswitchに新しく
スイカゲームが仲間入りしました\(^o^)/
果物同士を組み合わせると高得点を狙うというゲームです。ぜひ、興味のある方はスイッチの日に
かけはしでお待ちしております!!



かけはしでは感染対策のため、
『マスク着用』『換気』『手指消毒』の
ご協力をお願いしております。
ご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。



☆かけはし日曜開館日の変更について☆

令和5年12月より日曜開館日を
これまでの第2、第4(日)という
固定日ではなく、**不定期**とさせていただきます。
ご理解ご協力をよろしくお願いいたします。



☆かけはし開館時間の変更について☆

令和5年12月より開館時間を
9:00~17:00に変更しております。
(電話対応については変更ございません)
ご理解ご協力をよろしくお願いいたします。



★かけはしピアサポーターについて★
先月号に引き続き今回は第2弾です!!

ピアサポーターはじめました



かけはしフリースペース内に新しく作られた
いっぽいっぽサテライトの受付にちょこ
んと(?)座っているのが私です♡
主に受付、来客対応、かけはしの活動のお
手伝いをさせていただいております。
少しでも早く1人前のピアサポーターにな
れるよう、楽しみながら色々学んでいき
たいと思います★まだまだひよっ子ゆえ
色々至らぬ点もあるかと思いますがこれ
からよろしくおねがいします◎

P.S. 時々、サテライトオフィスの奥で作業
していることもあります。ぜひ気軽に遠
慮なくお声かけください◎

活動報告

運動サークル

8月の運動サークルでは、ふれあいスポーツランドの
屋内散歩コースにて約2.5キロのウォーキングに取り
組みました。気持ちの良い汗を掻くことができたなあ
と思います♪

汗を掻くことは体内の熱を放出することに繋がるので、
手軽にできる熱中症対策の一つでもあります。(汗を掻
き過ぎる場合には必ず水分補給が必要になります)
今後も適度に汗を掻けるように運動サークルでは様々
な場所でのウォーキング等を計画していくので、ぜひ興
味のある方はご予約お待ちしております!!

ヨガ教室

毎週月曜日にヨガ教室を行っています。
ヨガの本場インドで経験を積んだ女性講師が指導を担
当しております。第一月曜日のみ地域住民参加型 yoga
教室も実施中です。

呼吸・姿勢・瞑想を組み合わせると心身の緊張をほぐし心
の安定とやすらぎを得ることができるのがヨガの魅力
です。講師が参加者お一人ずつお体を見ながら指導を
行いますので、無理なく取り組むことができます。
毎週月曜日は一緒にヨガをしませんか?

※動きやすい服装や
タオル等をご持参ください。



地域夏祭り参加

かけはし近くで地域の夏祭りが行われました!!
当日はフリーマーケットもあり利用者の方も楽しみ
ながら地域住民の方々と交流してきました◎フリー
マーケットでバッグを買ったよと嬉しそうに話す
利用者の方もいらっしゃいました。
地域のお子さんも大勢参加され
にぎやかな時間を過ごすことができました。



今月の活動紹介

9月12日(木)【運動サークル】

9月に入ってもまだまだ暑いが続いています。今回の運動サークルでは鹿児島水族館に行き涼みながら館内の探索を行う予定です。一緒にきれいな魚達を見ながらゆったりと探索してみませんか？要予約の活動となっておりますので、お早目に予約をお願い致します。障害者手帳をお持ちの方は、割引が受けられますので、忘れずにご持参ください。(手帳がない方は、実費となります。)



日程:令和6年9月12日(木)

13:00 かけはし集合

↓(水族館内にてウォーキング予定)

16:00 かけはし到着(予定)

【必要なもの】障害者手帳、飲み物、運動が出来る服装

9月22日(日)【ほっこりシネマ】

2ヶ月ぶりのほっこりシネマです。今回は名探偵コナンシリーズの中から長年人気映画上位にランキングし続けている「瞳の中の暗殺者」を上映予定です。私も名探偵コナンのシリーズは何度見ても面白く感じますが、昔見たことあるよという方も久しぶりに見てみるとまた面白いかと思えます。見たことない方もぜひかけはしと一緒に犯人を推理してみませんか？



9月28日(土)【はーと・まるしえ】

今年もはーと・まるしえが開催されます。福祉施設で行っている活動の発表や販売があります。一緒に出掛けませんか？※要予約(定員あり)

※当日は9時過ぎにかけはし出発予定です。

また、はーと・まるしえ内での物品の購入やまるしえ内での必要な費用につきましては参加者各自のご準備をよろしくお願い致します。

国際大×かけはし

アート展のお知らせ

11月7日~11月20日 国際大学にてかけはしと合同のアート展が開催されます。この期間には国際大学に作品が展示されます。

また、アート展の期間内でワークショップとギャラリートークも開催予定となっております。たくさんのアート作品の世界に触れてみませんか？ご参加お待ちしております\(^o^)/



9月の活動予定まとめ

■月曜日

yoga[一般開放ヨガ教室](15:30~16:30):2日
ヨガ教室(15:30~16:30):9日.16日.23日.30日

■火曜日

アート工房②(13:30~14:30):17日

■水曜日

コパン合同卓球(13:30~14:30):4日.11日.18日.25日

■木曜日

運動サークル(13:00~16:00):12日 ※

●普段と時間が異なります。参加予定の方はご注意ください。

お茶と語ろうかい(14:00~15:00):19日 ※

■金曜日

珈琲と語ろうかい(14:00~15:00):6日 ※

アート工房①(14:00~15:00):13日 ※

■土曜日

歌うたいの会(14:00~16:00):7日

健康作りの会(15:00~16:00):14日.28日

はーと・まるしえ(9:30~12:00):28日

家族会(13:30~14:30):28日

■日曜日

ほっこりシネマ(14:00~16:00):22日

※印は要予約の活動です

今月は1日・8日・15日・29日が休館日です。

ご確認をよろしくをお願いいたします。

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

