

令和7年5月号

爽やかな五月晴れに、夏の気配を感じるころになりましたが、いかがお過ごしでしょうか? 花粉症もピークを過ぎ、お出かけしやすくなってきました。きれいな花を見に出かけるのもよし。 暑くなる前にウォーキング等を始めるのもいいかもしれません。その際には、かけはしにもぜひ、足を延ばして遊びにいらしてくださいね。

日差しと共にやる気も上昇していきますが、いきなり頑張り過ぎると、疲れてしまうのでゆっくりと始めていきましょう **好**

軽暑のみぎり、お体を大切になさってくださいね。('''''''')



6 Ext 123 0

お知らせ

ゴールデンウイーク中の開館のお知らせ

3日(土)と6日(火)は開館します。

4日(日)と5日(月)は休館します。 休館日は電話相談のみ受け付けます。

8:30~13:30の間になります。 皆様のご理解ご協力をよろしく お願いいたします。



☆アート工房について☆

4月より、アート工房が変わります。アート工房を①と②には分けずに<mark>月1回</mark>となります。それに伴い、実施時間を1時間から1時間30分にします。今まで通りの季節の製作や、こころで描く絵画展に出品する作品作りをしていきます。入室と退室は自由なので、開始時刻に間に合わないかも…や用事があるので早めに帰りたいんだけど等の心配は無用です。、ご参加、お待ちしています♪(^▽^*)♪

かけはしに新しい職員が入りました。

3月から事務で入職しました。 田中綾美(たなかあやみ)と申します。 休日は趣味でお菓子を作っています。 今、熱中している事は娘と一緒に9人 グループのアイドルを推しています♥ 初めてのことばかりですが早く慣れる ように頑張ります。 よろしくお願い致します。

活動報告

運動サークル 平川動物公園

3月28日に平川動物公園に行きました。 お天気が心配でしたが、昼からは日ざしも出て暖かくなりました。桜はまだ五分咲き程度で、「少し、早かったね」と話をしたり、コアラのえさやりが11時からあったので、それを見ることを目指して、歩いていきました。







ちょうど、えさやりの時間にコアラ館に到着することができ、飼育員の説明を聞けました。ユーカリの葉を与えるのかと思っていると、なんとユーカリの葉のジュースでした!!コアラも甘いジュースが大好きとのことで皆さん、びっくりされていました(゜Д°)!?







その後は動物をじっくりと見ながら散策し、バスに乗って、時計台前まで戻りました。昼食は、「普段は行く機会がないから、食堂で食べよう」となり、うどんや揚げ物の定食等、ご自分の好きな物を食べました。午後からは、足湯に入ってゆっくりと休憩する方、午前中に見に行けなかった動物の所に行こうという方とに分かれました。奥のふれあいコーナーで動物との触れ合いをした後は、急な坂道でしたが全員で歩いて戻りました。









最後には、売店にて知人にプレゼントを選んで買われた方、ご自分にと限定の商品を買われる方もおられ、買い物も楽しんでおられました ♡

🍖 アート工房



折り紙を使ってペーパーフラワーブーケを作ってみました♪折り紙を数回折り曲げてハサミで切り取る工程や、ハサミでの穴あけ作業が少し難しかったみたいですが、「切った後の折り紙が切り絵みたいできれいだ」や「穴が大きすぎちゃったかも」と話されながら、かわいいブーケが出来上がりました☆





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☆

5月6日(火)【ほっこりシネマ】 今月は3か月ぶりのほっこりシネマです GWはかけはしで一緒に映画を見ませんか? 今回の映画は『最高の人生の見つけ方』 です!お互いに余命宣告を受けた女性2人。 家庭に尽くしてきた主婦と仕事一筋の女社長 が偶然病院で出逢う物語。余命宣告を受けた 2人は入院中の少女が書いた「死ぬまでにやり たいことリスト」を実行することに!! お互いが殻を破りこれまでの人生でなかった ことを体験していく中で生きる楽しさと幸せを 見出していくヒューマンドラマ映画です 😂

5月15日(木)【アート工房】



今月のアート工房は<mark>『ジェルポリマー』</mark>を使い 涼し気なインテリアを作ります(*´艸`)聞き馴 染みのない言葉なので、ジェルポリマーって 何?と思われる方も多いかと思います。ジェル ポリマーは土の代わりに使用することができるジ ェル素材のもので、観葉植物などに使用される ことも多いです。もうすぐジメジメした梅雨も始 まります。ぜひ、涼し気なインテリア作りをしませ んか?数に限りがありますので、早めのご予約 をよろしくお願いします。

また、現在アート工房や日中時間を 使って、『こころの絵画展』用の作品を 作っております ♪ 今年度はなんと!2作品出展 予定です。まだまだ完成まで道のりは長いです が、、、、。たくさんの方のご協力お待ちしておりま

5月17日(土)【合同バレー】

要予約 定員4名

地域活動支援センターひだまりさんと行ってい る<mark>合同バレー</mark>に参加してみませんか?たまには 運動しなきゃ!と思っている方はもちろんバレー は難しそうだなと思っている方も見学からで 大丈夫です 😂 適度な運動は骨や筋肉を丈夫 にするだけでなく、ストレス発散や免疫力を高め る効果があると言われていますので、ぜひ一緒 に行ってみましょう 💞 💞

◆ 13:30 かけはし出発

13:50「ひだまりさん」に到着

15:00「ひだまりさん」を出発

15:30 かけはし到着

[準備する持ち物]

運動しやすい室内用運動靴、タオル、飲み物

5月の活動予定まとめ

ヨガ教室(15:30~16:30):12日.19日.26日.

※今月のyoga[一般開放ヨガ教室]は祝日のため お休みです。ご注意ください。

麻雀交流会(10:00~11:30):

6日.13日.20日.27日**※**

ほっこりシネマ(14:00~16:00):6日

コパン合同卓球(13:30~14:30)

:7日.14日.21日.28日

珈琲と語ろうかい(15:00~16:00):1日※

アート工房(15:00~16:30):15日

お茶と語ろうかい (15:00~16:00):22日※

運動サークル(13:00~16:00):9日※

歌うたいの会(14:00~16:00):3日

「ひだまり」さんとの合同バレーボール練習

(13:30~15:00):**17日**※

健康作りの会(15:30~16:30):10日.24日

家族会(13:30~14:30):24日

休館の為、なし。

※印は要予約の活動です

今月は4日・5日・11 日・18日・25日が 休館日です。ご確認をよろしくお願いいたします。

地域活動支援センター カリナはし

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♪

