

秋の訪れを感じる時期となりました。皆様 いかがお過ごしでしょうか。

秋と言えばお祭りの季節、日置市で行われる 「妙円寺詣り」や薩摩川内市で行われる「川内 大綱引き」などが有名です。また、お祭りと言 えば、屋台!!屋台は見て回るだけでも楽し めますよね。

10 月は比較的温暖な気候が続く過ごしや すい時期ではありますが、朝晩は冷え込むこ とがあり、日中との気温差もありますので、 体調管理には充分お気を付け下さい。

今月もかけはしでは活動盛りだくさんで す。活動に興味のある方はもちろん、スタッ フと話したいなぁ、という方もいつでもお越 しくださいね。

今月もスタッフ一同お待ちしております。

6 Ext 22 -0 -

活動報告

ヨガ教室

9月1日より講師によるヨガ教室を再開しま した。自主練習も楽しかったですが、2ヶ月ぶ りに講師の先生を招いて実施することがで き、参加者の方にも大変喜んでいただくこと ができました。

講師の先生が一人一人に合わせて指導して くださいますので、無理することなく自分のペ 一スで取り組むことができます。

皆さんの参加お待ちしております。(^-)-☆

※動きやすい服装と タオル持参で お越しください



お知らせ

アート展開催の日程

11月14 日~11月27 日の期間で

国際大学と合同のアート展が開催されます。

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した。

展示期間:11月14日(金)~11月27日(木)

場所: 鹿児島国際大学 考古学ミュージアム 是非見に行ってくださいね(^^♪

♪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15日(土)

13時30分~15時30分

場所:鹿児島国際大学5号館・2階

(ワークショップではスケッチと

陶芸を予定しています。)

セルフヘルス

11月30日(日) 日時 13時から16時まで

(12時30分 受付開始)

◇ 場所 宝山ホール 2階第3会議室

◇ 参加費 500円

★詳細は随時お知らせします

●テーマ

「ちょっとのぞいてみませんか。 こころの孤独を抱える当事者の声」

- ・セルフヘルプグループ紹介、体験発表
- ・モデルミーティング
- ・様々な依存症や生きづらさを抱えた当事者 や家族からのメッセージや体験発表など、

興味のある方は

ぜひご参加ください。



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(水) 【友愛フェスティバル】

※要予約 定員4名·参加費 無料

場 所 ハートピア鹿児島 多目的ホール・2階大会議室 9時にかけはしに集合して 一緒に行きましょう(^^)/

一日のスケジュール

● 10時 受付開始

● 10時30分 開会式

● 12時 昼食

● 13時 体験者発表

● 15時 閉会式● 16時 かけはし到着

★テーマ★

「語り合い、認め合い、喜びあい」 体験者発表、作品展示や販売があり ます。舞台発表では、バンド演奏、踊 り、楽器演奏、寸劇、合唱等があり、 盛りだくさんです。

※昼食・物販品の購入は 実費となります。

珈琲と語ろうかい

台風予報の為、9月のコーヒーと語ろう 会は中止となり、残念でした。

なので、10月のトークテーマは引き続き 「思い出の祭り・行ってみたい祭り」で話を

したいと思います。(^^)/

今月も美味しい珈琲とお菓子を準備して、お待ちしております。

珈琲が苦手な方は、「お茶と語ろうかい」も開催しております。皆さんの参加をお待ちしております(^^)/













10月の活動予定まとめ

3万数室(15:30~16:30):20日.27日

★13日は休館日のためヨガ教室はお休みです。

7日.14日.21日.28日※

■水曜日**■■■■■■■■■■■■■■■■ 友愛フェスティバル(10:00~15:00):1日**

コパン合同卓球(13:30~14:30):

8日.15日.22日.29日

★1日のコパン合同卓球は

友愛フェスティバルの為お休みです。

運動サークル(13:00~16:00):16日※ お茶と語ろうかい(15:00~16:00):24日※

アート工房(15:00~16:30):3日※

「ひだまり」さんとの合同バレーボール練習

(13:30~15:00):18日※

健康作りの会(15:30~16:30) 家族会(13:30~14:30)



今月は お休みです

休館の為、なし。

※印は要予約の活動です

今月は 5 日・12 日・19 日・26 日が 休館日です。13日は閉館していますが、 午前中のみ電話相談を受け付けております。 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 X-JJ: 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

