

## 開館時間のお知らせ

月～土 8:30～16:00 日 9:00～16:00

閉館時間が変更になっていますので、  
ご注意ください。

昨年11月末からひだまりは表の玄関から入館できるようになりました。『つぼみ』の12月号でもお伝えはしていましたが、詳しい流れまではお示できていなかったため、改めてお知らせいたします。ご協力のほどお願いいたします。

## ひだまりの入館方法

## ① インターホンを押す



スタッフが来るまでお待ちください

## ② 体温を測る



顔を画面に近づけてください

## ③ 手指消毒をする



乾くまでよく擦り込みましょう

## ④ 聴き取りを受ける



体調の確認などを行います

ひだまりで働くピアスタッフから  
皆さんへ発信したいことを載せるコーナ—

## てげてげに生きる

1月は大寒波で、厳しい寒さとなりましたね。積雪した日はどこか暖房の効きも悪く、厚着をしても寒く感じられました。雪が溶けた頃、散歩してみることに…。まだ、風が身に染み入る寒さで少し寂しい気持ちになりましたが、ここで止めても後悔すると思い、頑張っけて続けてみました。次第に身体も温まり、気持ちも前向きに…。そして帰り道、ふと道端に注目すると、小さな小さなスミレが花を咲かせていました。あの冷たい雪にも負けず、寒さに耐え、生命力を感じました。きっと、今日も生きていることができるのは、辛いながらもあの寒さに耐えたスミレのように、どこか無意識に生き抜こうとしているのかなと重ね合わせている自分がいました。

そして節分の日に、昨年も注文したあのお寿司屋さんに恵方巻きを取りに行きました。お店を出る時、箸を片手に、「ありがとうございました」と明るくマスターが…。今年も変わらず腰の低さに感動しました。南南東に向かって、お願い事をしながら食べましたが、かんぴょうと海老のプリプリ感が何とも言えない美味しさでした。

## 季節の行事 ひだまりバレンタイン Day

今月は、バレンタインデーに因んで、チョコレートづくりをしました!!  
記録を見ると、令和2年1月11日のもちつき大会を最後に、食材を扱う活動は一切行えていませんでした。実に3年ぶりの試みです。  
感染対策には十二分に注意しながら、今回は簡単なチョコレートタルトとトリュフチョコづくりに挑戦です。



チョコレートを  
割ります



いちごのチョコも  
使いました



溶かしてタルトに  
流し込みます



トリュフも一緒に  
飾り付けました

材料のチョコレートを落としてしまったり、チョコレートと生クリームを混ぜていたら油分が分離してしまったりとハプニングもししばしば起こりましたが何とか完成できました。  
皆さん、かわいく飾りつけられていますね。



完成!



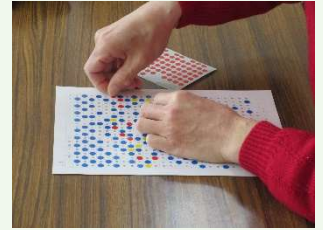
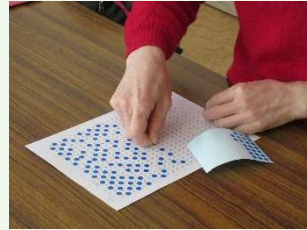
ラッピング!



チョコレートづくりが初めてという方や中学生以来だった方もいて、良い思い出になりました。「最高の日でした」との感想も頂けてスタッフも嬉しく思いました。

## はっぴいART

先月から、大きなモザイクアートの作品作りに挑んでいます。  
どんな作品が出来上がるかは、活動に参加する方以外、完成までのお楽しみです!  
来年度の「こころで描く絵画展」に出展できればと考えています。



シールを台紙に貼り付けていだけなので簡単な作業です。多くの方が参加して下さると嬉しいです!!完成した時には、大きな達成感が得られると思います。一緒にお話ししながら楽しく取り組んでみませんか?

## Switch オンライン

今回は、地域活動支援センターかけはしとSwitch Sportsでオンライン対戦しました。バドミントンやテニス、サッカーに「ボーリング」と様々な種目で対戦し、白熱した勝負が繰り広げられていました。



ボーリングでは、かけはし・ひだまり双方の利用者さんが同率1位!!盛り上がりました。

## 映画観賞会

今月は、『チャーリーとチョコレート工場』を鑑賞しました。独特な世界観でしたが、皆さん楽しんでいただけたようです。

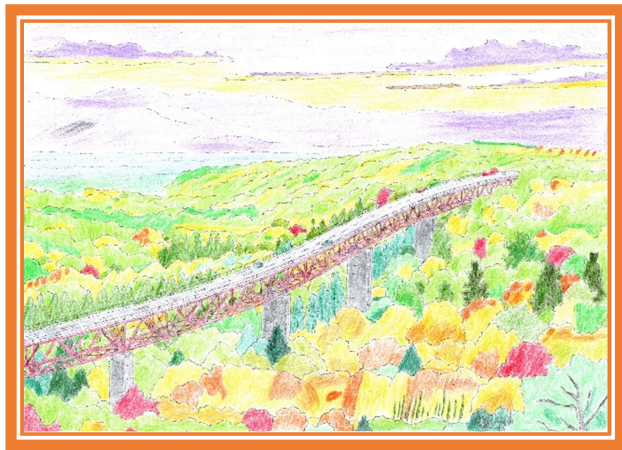
## 卓球

今回の卓球はラリーが続き、歓声があがりました。飛び入り参加の方もいらっしゃいました。大歓迎です!!次回も楽しみです。

## ウェルカムトーク

今月は、寒さを忘れるぐらいの暖かさに、皆さん気持ちが良いそうでした。思い出の味やステーキの話で盛り上がりました。

## 利用者さんの作品コーナー



塗り絵の作品です。北海道にある松見大橋が描かれています。「夕日っぽくするために(紫色のグラデーションを)頑張った」とのことでした。樹々の色が複雑ですが、しっかりと丁寧に色分けがされていてきれいですね。

### 募集

本紙『つぼみ』に掲載する皆さんの手作り作品を募集中! 絵、写真、俳句、短歌など、誰かに見てほしいもの、知ってほしいものがあれば教えてください! 原則加工などは行いませんが、個人情報保護・著作権侵害の観点から内容によっては簡単な加工や掲載の可否を協議して対応いたします。なお、掲載希望の方は、地域活動支援センターの登録をしていただく必要がありますので、ご協力をお願いいたします。

お問い合わせ先

【TEL】099-260-5865

【FAX】099-260-5844

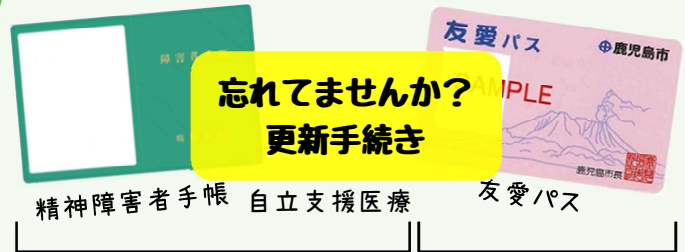
【メール】hidamari@jiaikai.jp



### AAオンライン ミーティングに 参加してみませんか?



毎月第2日曜日13:30～、AA(アルコールクス・アニメマス)のオンラインミーティングが開催されています。参加に必要なインターネット環境として、ひだまりのフリーWi-Fiをご活用いただけます。



期限が切れる3か月前  
から手続きできます

期限が切れる2か月前  
から手続きできます

## ■ひだまりからのお願い■

新型コロナウイルスの感染により、自粛生活が続いています。ひだまりでは利用していただく皆さんの安全を確保するため**入館時の手指消毒・体温測定、マスクの完全着用**を行っていただき**5日間以内に県外の方と食事されたか**等を確認いたします。入館の際は、まず玄関前の**インターホン**を押してください。スタッフにて対応いたします。

今後の状況によっては、来館時の対応や開館日開館時間の変更となる可能性もございますのであらかじめご了承ください。

ひだまりにおける、定期的なサークル活動・イベントにつきましては、感染対策を徹底し、小規模で開催しています。今後の活動内容等につきましては、活動予定表をご参照いただき、ご不明な点がございましたらお気兼ねなくお問い合わせください。

なお、活動の変更・休止等のお知らせにつきましては、ひだまりのホームページを随時更新してお伝えしております。




### 【ご案内】



『つぼみ』や『活動予定表』、『今月のイベント案内』をホームページで見ることができます。

ホームページはリニューアルしていますよ!

ひだまり つぼみ  で検索か  
右のQRコードをスキャンしてください。

