

開館時間が戻りました！！

月～土 8:30～17:30

日曜日 9:00～17:00

令和5年4月1日から、感染対策前の時間に
戻りました。ご確認ください。

利用者さんの
作品コーナー

馬籠宿という宿屋町を描いた塗り絵の作品です。
特に水車の影のつけ方が
難しかったとのことでした。

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！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！
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



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

早いもので、もう4月。春を感じさせる季節
になりましたね。別れもあれば、出逢いもある
この季節、環境も変わってしまうので何か
と体調を崩しやすい時期だと思います。私
自身もこの頃、なかなか思うようにいかず、
悩む日もあります。そんな時は、「ま、いっ
か」と言うようにしています。それでも、割り
切れない日もあったりしますが、それが生き
ているということなのでしょうね。

私には、ありがたいことに子どもがいて、
日々新しい発見があります。私は若い頃か
らの習慣で下を向いて歩いてしまうのです
が、ある日に子どもと散歩をしていると、空
を見上げた途端、子どもが「あ、お月さま!」、
「飛行機!」と言って、小さなものでもすぐ
に見つけるんです。これには私もビックリで子
どもの好奇心に感心させられます。私は「内
に内に」注目してしまう癖があるのとは対照
に、子どもは「外に外に」関心を向けているの
を見習って、私も空を見上げて何かを発見
して喜びを感じたいと思いました。自分のこ
とだけに注目せず、外(相手)に関心を持つ
ことは大切だなと感じました。

季節の行事 お花見遠足 in 吉野公園

25日に鹿児島県立吉野公園に行き、お花見をしてきました。

昨年のお花見遠足では、ピークを過ぎてしまい、葉っぱの緑交じりのお花見でしたが、今年は大いに桜を楽しむことができました！



吉野公園までの道中で鴨池にあるピースフルガーデンに寄って「日替わり弁当」を購入し、公園でそのお弁当を食べました。これぞお花見の醍醐味ですよ。



当日まで雨が降るか降らないかと心配していましたが、何とか行くことができて良かったです。参加いただいた利用者さんたちからも「行けて良かった」「楽しかった」との感想をいただけて、嬉しく思いました。

Switchオンライン

今回も、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。お子さん連れで参加して下さった利用者さんもいて、そのお子さん含め、大いに楽しんでいただけましたよ！！

操作や応援に夢中で活動の様子を写真で撮ることができませんでした・・・。

ひだまりは、親御さんやお子さんと一緒に活動へ参加することも可能です。関心のある方は是非一度お問い合わせください。

はっぴいART

モザイクアートや描き絵を主に、ストレス解消法や春にまつわる話で盛り上がりました。皆さんのおかげでモザイクアートも少しずつ完成が見えてきました。進捗として、半分くらいはシールを貼り終えているか？といった具合です。貼っていく作業自体は簡単なので、楽しく会話を弾ませながら取り組めるのがスタッフとしてもおすすめのポイントです。

ウェルカムトーク

今回は、コロナの収束を願う話やおすすめのコーヒー店、おすすめのスイーツの話で盛り上がりました。初参加の方もいて、楽しくおしゃべりできました。

卓球

今回初参加の利用者さんは中学校以来の卓球だったとのことでしたが、スタッフは鋭い弾道で振り回され、翌日筋肉痛に…(笑) ゆったりラリーをされる方もいて、それぞれの楽しみ方ができたのかなと思います。

映画観賞会

今回は、『SING / ネクストステージ』を鑑賞しました。映像も音楽も素敵で、皆さん楽しんでいただけましたよ。鑑賞作品も募集中ですよ！！

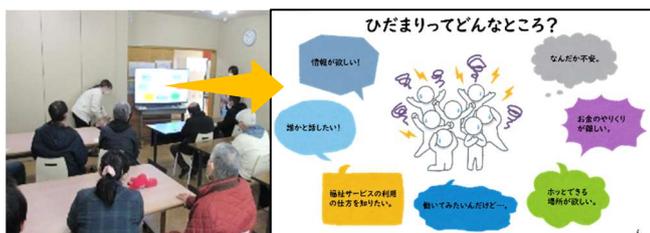
Switch

今回は、参加者がゲームに慣れていらっしゃる方もあったこともあり、『Switch Sports』をオンラインにつないで、世界の人と対戦しました。色々なアイテムもゲットでき楽しめました。

谷山病院デイケアによる ひだまり探検ツアー

2月22日(水)と3月23日(木)、谷山病院デイケアの皆さんが「ひだまり探検ツアー」と題して、ひだまりの事業所見学と活動の体験に来ていただきました。

ひだまりは、どんなことができる場所なのか、どんな活動をしているのか、どんな設備があるのかなどを紹介しました。



最後には Switch の活動を体験していただきました。「Switch Sports」のバドミントンで盛り上がりましたよ。



初めてされるという方も多かったようですが、皆さん熱中され、白熱した試合となっていました。室内ですが、大きく体を動かせたと楽しんでいただけたようです。



ひだまりの施設見学や活動体験について、随時対応しておりますので、関心のある方は是非、お問い合わせください。

精神障害者手帳 自立支援医療

**忘れてませんか?
更新手続き**

友愛パス

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



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・アノニマス)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。



■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**入館時の体温測定・手指消毒、マスクの着用**にご協力いただき、**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。入館の際には、まず玄関前のインターホンを押してください。スタッフが伺い対応いたします。

今後の状況によって、来館時の対応や開館の日時が変更になる可能性もございます。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軽に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。

