

ひだまり

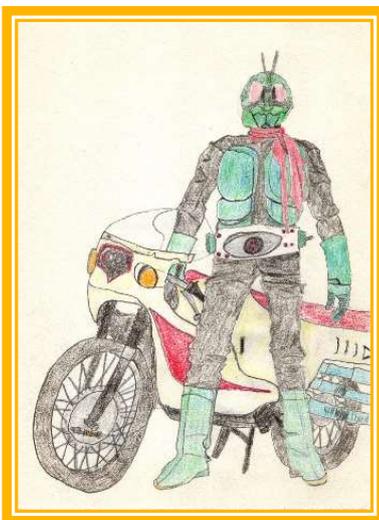
つぼみ 7月号

第38号 令和5年7月1日
地域活動支援センター ひだまり
〒891-0111 鹿児島市小原町 8-1
TEL【099-260-5865】

利用者さんの 作品コーナー



広島県福山市にある小さな港町「鞆の浦」にある常夜燈の塗り絵です。建物の茶色を塗るときグラデーションが難しかったとのことでした。



仮面ライダー1号と相棒のサイクロン号（バイク）のイラストです。サイクロン号の絶妙なクリーム色を表現するのに苦戦したとのことでした。

今回は、2作品のご紹介でした！
皆さんからの作品もお待ちしています！！

ピアスタッフからの情報発信！！

てげてげに生きる

雨が続いて、何かと億劫な気持ちになりがちですが、いかがお過ごしですか。梅雨の中休みに外を歩いてみると、いろいろな虫と会えました。蝶々、てんとう虫、バッタ、ダンゴ虫…。そんな虫たちを見ていると、何だか、ホッコリしました。

この時期、嫌なこともたくさんありますが、ふと考えてみると、幸せはたくさん隠れていると思います。

例えば、病院に行くことができる。病院に行くことで安定している。安定していることで仕事に行くことができる等、一つができることで、連動していろいろなことができていると実感しています。

かつて、私も体調が悪い頃、健康であることは当たり前ではないと痛感し、体調が良くなってからは、自分を労わり、疲れたら休むことを心がけています。

私にとっての幸せは、「健康」そのものだと感じました。皆さんにとっての幸せは何ですか？

ひだまりの活動紹介

～6月の活動 ①～

Switch



今回も『Switch Sports』を楽しみました。バドミントンに始まり、テニスやゴルフで遊びましたが、ゴルフは難しいですね…。なかなか思うようになりませんでした。

はっぴいART



ついにモザイクアートの完成が近づいてきました！あとは貼り合わせるのみとなり、完成が楽しみです。摸像用紙2枚分程度の大きさになる予定ですよ！！

ウェルカムトーク



初参加者もいらっしやり、また違った雰囲気での活動でした。内容は、ツーリングで行ったスポットについてやご自身で対外的にされている活動などについてでした。

卓球



初参加の方もいらっしやいましたが、今回も白熱した対戦で盛り上がっていました。もちろん未経験の方も歓迎ですよ！

映画観賞会



『グレイテスト・ショーマン』を鑑賞しました。鑑賞作品も募集中ですよ！！

江南よしみと交流会

宮崎県にある江南よしみ地域生活支援センターの皆さんがひだまりに遊びに来てくださいました！！

ひだまりで働くピアスタッフからピアで活躍したいという思いを抱いている皆さんに向けてお話をさせていただきました。



江南よしみ × ひだまり交流会

ひだまりのピアスタッフから
～ピアとして働いている実態～



その後は、スイッチスポーツで交流しました！！

スイッチスポーツを初めてする方も多数いらっしやいましたが、操作も簡単で楽しんでいただけたようです！！



皆さんからは、「ピアスタッフの話が良い勉強になった」「スイッチスポーツが楽しかった」などの感想を頂きました。

江南よしみの皆さん、この度は、本当にありがとうございました！

今後も定期的に交流していきたいですね。

ひだまりの活動紹介

～6月の活動 ②～

ミニバレー



3年ぶりに再開となったミニバレーですが、谷山病院デイケアのメンバーさんと合同でとても楽しむことができました！体を動かしたい方は是非ご参加ください！

暇人倶楽部



今月は、音楽鑑賞やバドミントン、トランプでババ抜きなどをして過ごされたようです！利用者さんたち自身で考案した内容の活動を楽しんでいます！

お願いとお知らせ

【入館時の対応について】

令和5年5月8日より、入館時に実施していた職員による体調確認等の実施が不要になりました。一方で、ひだまり利用時の**マスクの着用**につきましては、引き続きご協力くださいますよう、よろしく願いいたします。

【活動について】

「活動予定表」でもお示ししていますが、状況によっては予定が中止・変更になる可能性もございます。活動予定表の情報が変更となる際には、ひだまりのホームページを随時更新してお知らせしていますので、そちらをご確認いただくか、直接ひだまりまでお問い合わせください。

忘れてませんか 更新手続き



自立支援医療
精神障害者手帳



期限の**3か月前**
から手続きできます

友愛パス



期限の**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
参加しませんか？



AA（アルコールクス・アノニマス）はオンラインミーティングを開いています。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が活用できます。毎月、第二日曜日の13:30から開催中！Wi-Fiに接続する方法などは、ひだまりの職員でお手伝いいたします。



【ご案内】

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



←QRコードをスキャン！
もしくは↓で検索！

ひだまり つぼみ

