

ひだまり

つぼみ 9月号

第40号 令和5年9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】

ピアスタッフからの情報発信！！

てげてげに生きる

秋が近づいているのか？というぐらい、まだ暑い日が続き、天気もなかなか優れませんね。

ところで…。今、自分が発しようとしている「すみません」は、一体どういう意味なのか…を考えさせられることがありました。それは、相手のためではなく、自分のためなのではないか…。ある日、夫が私に教えてくれました。発する言葉が、「すみません」だと、相手は自然にネガティブに捉えがちだ。これを「ありがとう」という言葉に置き換えたら、言われた相手は何か役に立てたのかなと気持ちも前向きになるのではないかと思います。

発する言葉は、相手の気持ちをも左右する可能性があると感じました。そのように想像することは、私にとって苦手ではありませんが、障がいのためにできないと言いつねにはしたくありません。日々、学んで相手にとって気持ちの良い言葉を選んでいきたいです。

利用者さんの

作品コーナー



山梨県の富士山を水源とする湧水池である「忍野八海」の塗り絵です。水面に反射する部分の色塗りが特に難しかったようです。バックの富士山は迫力があありますね。

～ご案内～

○△×□

スイッチ 貸し出し開始！



- 貸出曜日 毎週水曜日
- 貸出時間 9:00 ~ 17:00
- 貸出場所 2階ひだまり事務所

※談話室使用中やスタッフ不在時は貸し出しできません



活動の日程では参加できないという方にも楽しんでいただけるよう、平日に館内でゲーム機の貸し出しをしています。

ひだまりの活動紹介

～8月の活動～

スイッチ Switch



8月は、『Switch Sports』でボウリングを行いました。最初はなかなか上手くいきませんでしたでしたが、回を重ねるごとに上達していき、盛り上がりましたよ。

アート はっぴいART



夏休みということで、お子さん連れでご参加くださった利用者さんもいて、いつもとはまた違った雰囲気での活動でした。折り紙をしたり塗り絵をしたりして楽しく過ごしていただけたようです。

ウェルカムトーク



8/9(水)は台風6号接近に伴い、終日閉館としたため、活動は中止となりました。今月の活動を楽しみにお待ちしております。

卓球



8月は過去に卓球部に所属していたという方も複数参加してくださり、長いラリーが度々続いては盛り上がりました。

映画観賞会



『アラジン (実写)』を鑑賞しました。鑑賞作品も募集中ですよ！！

ミニバレー



8月からミニバレーの活動は月2回に回数を増やしました。皆さん慣れてこられたのか、素人目に見ても試合のレベルが上がってきているように思います！

ひまじんくらぶ 暇人倶楽部



最近、第1・3水曜日にバドミントンを行うことが多いです。その他の水曜日にはトランプをして過ごされているようです。まだまだメンバー募集中とのことです！

ラップ WRAP



今回は、皆さんで「学ぶ」ということについて考える回でした。参加者から生涯学習の重要性について語られる方もおり、皆さんで高め合えたような気がします。

音楽サークル



今回から、利用者さんが作詞・作曲されたオリジナル曲の演奏を始めました。その他にも複数の曲を演奏しながら楽しく活動しています。(↓活動の様子)



～ご案内～

ソフトボール 復活！！

3年ぶりにソフトボールを復活します！
一緒に楽しく汗を流しませんか？

日 時：毎月第2土曜日 10:00～12:00

場 所：鹿児島市内の公園

持ち物：タオル、飲み物

※時間と場所は月によって変動します。

活動予定表をご確認いただくか、ひだまり
までお問い合わせください。



4年ぶりの バーベキュー大会！！

日 時：10月8日（日）9:15～

場 所：八重山公園（ひだまり集合）

参加費：700円

定 員：20名程度

持ち物：タオル、帽子、飲み物、おにぎり

申込みの締切りは9月23日（土）です。

参加費は申込時にお支払いいただくため、
申込みは直接ひだまりでお願いいたします。
たくさんのご参加お待ちしております！



← 前
回
の
写
真

お願いとお知らせ

【入館時の対応について】

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、よろしくお願いいたします。

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



ファイファイ フリーWi-Fiの活用法

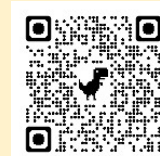
ひだまりでは、2階のオープンスペースで
フリーWi-Fiをご活用いただけます。
そこで、どのような活用方法があるのかを
いくつかご紹介します！

- スマートフォンで動画鑑賞
 - 持参したゲーム機でオンライン通信
 - オンラインの自助グループに参加 など
- 皆さんも是非ご活用ください！！



【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

