

いつもひだまりの機関紙『つぼみ』を読んでもうさき、ありがとうございます。

ひだまりは、地域活動支援センターという障がいや生きづらさ等を抱えながら地域で生活されている方々の支援を行う、通所型の事業所です。今回は、ひだまりを利用できる日時について簡単にご紹介させていただきます！

いつ使えるの ひだまりの利用時間

ひだまりは、土日祝日も関係なく、毎日でもご利用いただけます！

●開所日

年末年始を除く毎日！

作業所やデイケアがお休みの日曜日や祝日に外出するきっかけにもなります。様々な活動がある日時をねらって来るもよし、近くを通りがかったからと気軽にふらっと立ち寄るもよしです！

●開所日時

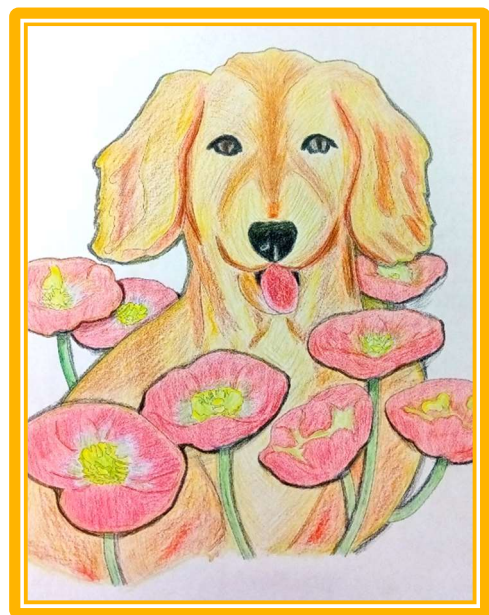
- ・月～土曜日 8:30 ～ 17:30
- ・日曜日 9:00 ～ 17:00

一日の利用時間に定めがないため、朝に来て夕方までずっと過ごすこともできます。何分間は居続けないといけないなんてこともありません。日中は、好きな時に好きなだけご利用いただけますよ！

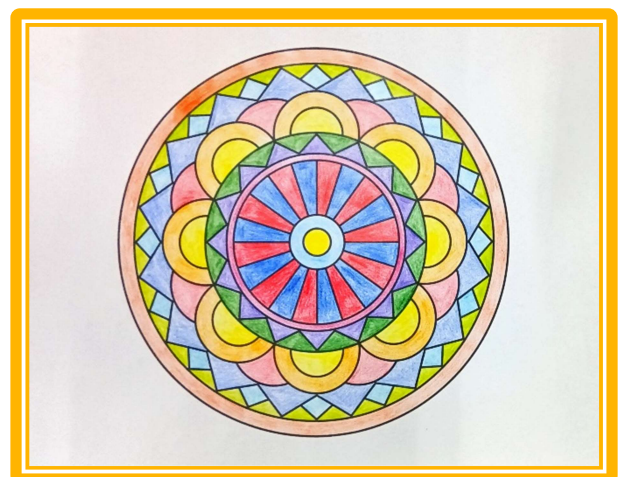
地域で生活されている皆さんにとって、よい居場所になれば嬉しく思います。

皆さんのご利用、お待ちしております！

利用者さんの 作品コーナー



塗り絵の作品です。「色の重ね塗りが思っていた色と違って大変でした。色塗りがメインでしたが、工夫して鮮やかさやオリジナル感を出すのが楽しかったです！」との感想を頂きました。



曼荼羅アートの作品です。たくさん色を使ってカラフルに仕上げられていますね。

ひだまりの活動報告

～6月の活動①～

ミニバレー



今月は雨天が気になりつつも多くの方がご参加くださいました。人数が多いとその分盛り上がりますね！ミニゲームの合間にサーブ練習などをされる方々もいて、皆さん熱が入られていましたよ！！

ソフトボール



ちょうど梅雨入りが発表された日で、当日も雨天により中止となりました。
来月は開催できることを祈っています！

卓球



ゆったりとラリーを続けながら過ごしました。休憩中にはお話しするなど和やかな雰囲気でした。

はっぴいART

アート



皆でお話しながらそれぞれが好きな作品作りに取り組んでいます。

映画観賞会



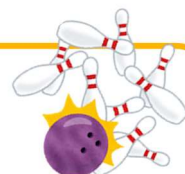
『ねむり姫』を鑑賞しました。
作品のリクエストも続々来ていますよ！
皆さんもいかがですか？

ウェルカムトーク



ご自身の抱えている葛藤や今までの経験談など、皆さん貴重な話をたくさんしてくださいました。誰かと話をすることで落ち込んだ気持ちが和んだとの声も頂くことができ、とても嬉しく思いました。

スイッチ



今月は『スイッチスポーツ』でボウリング三昧！！何度も同じ形でピンが残ったり、1ピン残しが続いたりすると自然と笑いが起こり、楽しい時間を過ごせました。

ラップ WRAP



今月のテーマは「学び」。自分にとって何が学びなのか、そこから何を得たのかなど皆で意見を出し合いました。時には意見から脱線しておしゃべりを楽しむこともあり、和やかな時間が過ぎていきました。

ひまじんくらぶ 暇人倶楽部



最近、奇数週に行っているバドミントンのレベルが上がってきています！白熱した試合も多く見るだけでも楽しいです。

音楽サークル



今月は看護師や精神保健福祉士の実習生さんにもご参加いただき、いつもとは違った時間を楽しく共有できました！

～ご案内～



ス イ ッ チ

Switch 貸し出し中！



- 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



知っていますか 『ミライロ ID』 アイディ

ミライロ ID とは「デジタル障害者手帳」のことです。これはスマートフォンアプリで、障害者手帳の情報をスマホと連携させることができます！

【メリット】

- ・スマホが障害者手帳代わりに！
- ・手帳の更新時期に通知がくる！
- ・お得なクーポンが手に入る！
- ・便利な情報が送られてくる！ など

障害者手帳とアプリの連携については、ひだまりでお手伝いもできます！
気になる方はご相談ください！

様々な公共交通機関や施設などで利用できます。使える場所は、アプリの中でも確認できますよ。

こちらから
ダウンロード



このマークが
目印！



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



【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。
また、ひだまりがミーティング会場となっている自助グループ「AA」や「みらい」の情報などもご覧いただけます！



←QR コードをスキャン！
もしくは↓で検索！

ひだまり つぼみ



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。



7月 ひだまり 活動予定表



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3 アート はっぴい ART 13:30～ ひまじんくらぶ 暇人倶楽部 15:30～	4 13:30～	5	6 ラップ WRAP 10:00～ ミニバレー 13:30～
7 映画観賞会 13:30～	8	9	10 ウェルカムトーク 14:30～ ひまじんくらぶ 暇人倶楽部 15:30～	11 音楽サークル 13:00～	12	13 ソフトボール 10:00～
14 Switch 13:30～	15	16	17 アート はっぴい ART 13:30～ ひまじんくらぶ 暇人倶楽部 15:30～	18	19	20 ミニバレー 13:30～
21 ショッピング ツアー 13:00～	22	23	24 ひまじんくらぶ 暇人倶楽部 15:30～	25 音楽サークル 13:00～	26	27
28 卓球 13:30～	29	30	31 ひまじんくらぶ 暇人倶楽部 15:30～			
ひだまりで開催される自助グループ紹介 AA 毎週土曜日 16:00～17:00 みらい 第2日曜日 10:00～11:30			活動の詳細はホームページをご覧ください ひだまりまでお問い合わせください。 			

映画鑑賞会『DESTINY 鎌倉ものがたり』

幽霊や魔物、妖怪といった「人ならざるもの」が日常的に姿を現す古都・鎌倉。この地に居を構えるミステリー作家・一色正和のもとに嫁いできた亜紀子は、妖怪や幽霊が人と仲良く暮らす鎌倉の街に最初は驚くが、次第に溶け込んでいく。正和は本業の執筆に加え、魔物や幽霊が関わる難事件の捜査で警察に協力することもあり、日々はにぎやかに過ぎていった。しかし、そんなある日、亜紀子が不測の事態に巻き込まれ、黄泉の国へと旅立ってしまう。正和は亜紀子を取り戻すため、黄泉の国へ行くことを決意するが…。

映画.com より引用

ショッピングツアー in イオン鹿児島鴨池店

8月末で閉館する前に思い出作りに行きませんか？
クレープを食べたり、お買い物したりしましょう♪
思い出なんかも語り合っちゃいましょう！！

予定は変更の可能性もございます。
あらかじめご了承ください。
原則として活動は予約制です。
参加される際は、事前にご連絡ください。
TEL：099-260-5865