

ひだまり

つぼみ 10月号

第53号 令和6年10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



鹿児島市の街中でもよく見かけることがある、市電「チャギントラッピング電車」のペーパークラフトを自作されました！型紙から作成したため、細かい作業が必要で難しかったとのことですが、とてもよく出来ていますね！



栃木県にある「竜頭の滝(りゅうずのたき)」という観光名所の塗り絵作品です。黒と緑の部分、特に影をつかるのが難しかったようです。細やかな塗分けで美しいですね。

～開館時間変更のご案内～

月～土曜日の施設利用及び電話相談時間

8:30～17:00

ひだまりの活動報告

～9月の活動①～

はーと・まるしえ 参加してきました！

はーと・ぱーくと鹿児島市保健支援課が主催のイベント、「はーと・まるしえ」に参加してきました！

鹿児島市内にひだまり含めて5事業所ある地域活動支



援センター(地活)合同でワークショップのブースを出店しました！CD ケースで作るスタンドグラスづくりや地活がどのようなことをしている場所なのかなどの案内もさせていただきました。



ひだまりの活動報告

～9月の活動②～

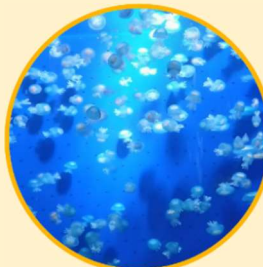
イルカショーを 観に行こう!!

いおワールドかごしま水族館に行き、イルカショーを鑑賞してきました。



イルカショーは大迫力！
5mのジャンプも軽々と！翻ったり、大きな水しぶきを上げたりと、とても楽しませてもらいました！

その後も館内を回り
「美味しそうだね」
なんて声も聞かれ、
皆さん会話も弾んだ
ようでした。



天気にも恵まれて
とても楽しいイベントになりましたね！

ウェルカムトーク



今回は「ピアサポーター訓練生」3名も参加させていただきました。近況についての話や好きな季節・嫌いな季節、落ち込んだ時のリフレッシュ方法など、自由に楽しくお話することができました。

ミニバレー



最近、白熱した試合が多く、大変盛り上がっています。ラリーが続いたり、ファインプレーが出たりすると敵味方関係なく賞賛！見ていて気持ちが良いですね。

ラップ WRAP



今回のテーマは「リカバリーストーリー」。ファシリテーターの方々を中心にこれまでの人生経験について、特に WRAP と触れるようになってどう変わったかなど貴重な話を聞くことができました。

はっぴいART



今回はCDケースを使ってつくる「簡単！ステンドグラスづくり」を行いました。



用意した型をなぞって、好きな色を塗りました。素敵な作品に仕上がりましたね！

～イベント案内～

友愛フェスティバル

ひだまり音楽サークルが、演奏を披露します！
東市来にある“ふるさと学園”との合同バンド
として出演させていただきます！

日時：令和6年10月16日（水） 10:30～

場所：ハートピア（小野1丁目1-1）

NPO 法人鹿児島県精神保健福祉会連合会（通称かせいれん）が主催されるイベントで、当
事者による舞台発表や体験談発表、作品の展示・
販売などが行われます。

是非見に来てください！お待ちしております！

第23回
セルフヘルプフォーラムかごしま
「出逢う」「集う」「語り合う」
今日一日が明日につながる



2024年
11月17日(日) 10:00～16:00 (受付 9:30～)
会場：西原商会アリーナ 1階会議室（鹿児島市永吉1丁目30-1）

講話 竹元隆英先生（指宿竹元病院 院長）
ギャンブル依存症

～ある通訳者の苦悩と葛藤～

体験発表・セルフヘルプグループ紹介など

アルコールやギャンブルで問題があるなど、似
た悩みを抱えている当事者の体験や感情、知識
や情報を分かち合うセルフヘルプグループに
ついてのフォーラムです。

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



【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！



←二次元コードをスキャン！
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。

ひだまり

10月 ひだまり 活動予定表



日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
			はっぴいアート 13:30～ バドミントン 15:30～	ハロウィン柄の 「ステンドグラスづくり」 用意しています!		ラップ WRAP 10:00～ ミニバレー 13:30～
6	7	8	9	10	11	12
映画観賞会 13:30～			ウェルカムトーク 14:30～ ひまじんくらぶ 暇人倶楽部 15:30～	音楽サークル 13:00～		ソフトボール 11:00～
13	14	15	16	17	18	19
Switch 13:30～			友愛フェスティバル 参加!! 10:50～ バドミントン 15:30～	ひだまり音楽サークルが ふるさと学園との合同バンドで 演奏を披露します!! 会場はハートピア(小野1丁目1-1)		ミニバレー 13:30～
20	21	22	23	24	25	26
バーベキュー 9:15 集合		ピュアーズ杯 バレー大会 9:00 集合	ひまじんくらぶ 暇人倶楽部 15:30～	音楽サークル 13:00～		
27	28	29	30	31		
卓球 13:30～			はっぴいアート 13:30～ バドミントン 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『ウォンカとチョコレート工場のはじまり』

ウォンカの夢は、亡き母と約束した世界一のチョコレート店を開くこと。世界一おいしくて、空だって飛べるウォンカの“魔法のチョコ”は町のみんなを虜に！しかし、そこは〈夢見ることを禁じられた町〉その才能を妬んだ“チョコレート組合3人組”に目を付けられてしまう。さらに、ウォンカのチョコレートを盗むウンパルンパというオレンジ色の小さな紳士も現れたから、さあ大変！！果たしてウォンカは無事にチョコレート店をつくることができるのか？

公式ホームページより引用

BBQ in 八重山公園!!

郡山町の八重山公園に行き、皆でバーベキューをします！青空の下、皆で楽しくおいしいお肉を食べませんか？詳しくは、館内案内やホームページをご覧ください！

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