



発行所 社会福祉法人 翠睦福祉会  
 障害者地域生活支援センター ほっと  
 〒761-0443 高松市川島東町 1914 番地 1  
 TEL (087)840-3770 FAX (087)840-3769  
 メールアドレス hot3770@shirt.ocn.ne.jp  
 障害福祉サービス事業所 かわしま  
 〒761-0443 高松市川島東町 1914 番地 5  
 TEL (087)848-3611 FAX(087)848-3779  
 メールアドレス suikawa3611@shirt.ocn.ne.jp

## ■ ■ お知らせ ■ ■

主催：高松市保健センター

### 当事者のための生活スキルアップセミナー

日時：平成 26 年度 9 月 25 日(木) 13:30～15:30(以降も月 1 回ずつ開催)

場所：高松市保健センター

対象者：高松市在住で精神科や心療内科に通院中の方

参加費：無料

内容：「メタボ・糖尿病予防について：食事編」

申込：高松市保健センター精神保健係 TEL:087-839-3801 もしくは「ほっと」まで。



## ■ ■ 活動報告 ■ ■

### 『ほっと・かわしまプチ夏祭り』

<の>



8月5日(火)、ほっと・かわしま合同プチ夏祭りを行いました！午前中から椅子や机、調理器の準備をして、ちょうど正午に合わせてバザーを開始。メンバーの皆さんは、焼きそばとフランクフルトでしっかりと腹ごしらえをして、かき氷やメンバーからの差し入れの黄スイカを堪能していました。この日は看護学生さんや四国学院大学のボランティアさんも来てくれており、準備も販売もスムーズに行うことができました。ありがとうございました！食事の後は、希望者でビンゴゲーム！景品は日用品やお菓子。中でもポテトチップスビッグパックは皆が狙っていました！最後には全員が景品を持って帰ることができました。いつもとはちょっと違うこんな行事も大変だけど、ほっともかわしま皆で交流できて楽しい時間となりました。次は忘年会かな！？

## 『ランチバイキングに出掛けて』

## ＜私はピ阿野＞

今月最後のグループ活動は、スタミナ太郎でした。バイキングなので、前払いして何ぼ食べても1,214円でした。

職員のお2人は、デザートが良かったのか、最後の方に楽しみを残していたようです。Kさんは、女性らしくバランス良く食べていました。Mさんは、糖尿病を持っているので少ししか食べていませんでした。でも最後は、きっちりとアイスコーヒーを飲んでいました。Yさんは、ガーリックチャーハンを中心に後でケーキを3個位食べていました。最後に僕は寿司5個と野菜の春雨、マカロニサラダ、ブロッコリー、焼きそば、ラーメン2食分、コーンスープ、焼肉(牛カルビ)、ドリンクバー、ソフトクリーム等を食べました。

機会があれば又来たいですが、次は食べ過ぎないように選んで食べたいです。皆様の中で、バイキングに行きたい人がいれば、お腹をすかせて行って下さい。

本日は、8月26日(火)だったので、26日の26をとってふろの日かなと思って思いっきりふろに入って、汗を落とそうと思いました。

それでは又。



## 投稿

## 『思い出』

## ＜旅に出た黒猫＞

子供というものは、時として残酷なことをします。虫を殺したり、魚を釣るのが楽しいからといって、何十匹も釣った魚をそのまま放っておいて殺したりします。私の場合はそうでした。

私の家は木造二階建てで、祖母が言うには、もう二百年近く前に建てられたのだそうです。その家の外壁にはすずめが巣を作っていました。ある時期になると、すずめが卵を産んでひなが何匹かピーピーと鳴く声が聞こえてきました。親すずめが何回となく飛び立って行っては餌をくわえて戻ってきてはひなに与えていました。それを見ていた子供の私は、その親すずめを捕らえてやろうと考えて虫捕りの網を持ってきて、そのすずめの巣に網を当てて、親すずめが飛び立つのを待っている、まもなく勢いよく飛び出してきた親すずめが網にかかり、私は、やったと思いました。親すずめはぐったりして、まもなく死んでしまいました。

私はそのすずめをどうしたのか忘れましたが、心の内では一体どう思っていたのでしょうか。今、このことを思うと胸が痛みます。

私は数々の生き物を殺して育ててきたのですが、今はとても反省しています。とはいっても害虫などは今でも殺しますが…。どうすれば生き物を殺さずに生きてゆけるか考えます。しかし人間は生き物を殺さねば生きてゆけない。この世界はそういう世界です。でも私は、食用のために殺されてゆく牛や豚や鳥たち、その他にもたくさん殺されてゆくものたちへの可愛そうだなあという気持ちや、あるいは感謝の気持ちを忘れずに生きてゆこうと思います。そういう心を大切に生きてゆきたいと思います。

それからたくさんの人々の愛情によって大きく生かされていることも決して忘れてはならないことだと思います。

感謝

## 『命を守る為に』

<編集長>

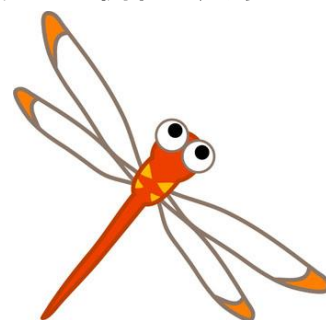
残暑お見舞い申し上げます。

今年の夏は猛暑というよりも時期外れの台風や集中豪雨などによる気象災害の頻発が印象深いように思われる。もう何年も前から国内だけでなく、世界各地で頻発する気象災害が話題になっているが、自然災害から身を守る上で何が最も重要なのだろうか。

確かに行政側から発せられる避難勧告、指示、警報も避難行動を判断する上で重要な要因となるが、それよりもっと重要なことは、これまで経験したことがないような大災害は、全国どこでも起こる可能性があることを認識することである。その上でいつもと違った尋常ならざる気配を感じたら、行政側の情報発信を待つのではなく、早め早めに行動に移すことである。命は守ってもらうものではなく、自ら守るものであり、自然災害に対して最も有効な防衛策はとにかく「逃げる」ことであろう。

僕が個人的にもう1つ主張したいことは、尋常ならざる災害のおそれがあるにも関わらず、多くの人が仕事があるからと職場へ向かう光景を見ていて、なぜ会社の経営者は会社を休業にする決断をしないのかということである。企業は利益を追求する存在だからと言って従業員の命まで危険にさらしていいはずがない。命の危険を犯してまで仕事に行く理由がどこにあるのか。人の命がかけがえのないものだとして子供たちに教えるのなら、社会全体がそれを体現しなければ説得力はない。

人も企業も社会も何より重視すべきは自分や家族の命であり、そんな状況下では逃げることに集中できることが大事であり、他の何事にもしぼられない行動がとれることが心理環境的に担保されるべきだと思われる。



## 『海原』

<アンダンテ>

その海原のさかまく波間から

一しずくの水がしめやかに私に来てささやくことは

「私はあなたを愛します、私はやがて死にます

あなたを見、あなたに触れたいばかりに

私は遠い旅を続けました。

あなたに会ったうえでなければ私は死ねません。

もし会わずに死んだならあなたとは永久に

はぐれてしまうでしょうから」



## 「ほっと」の再利用についてご注意

「ほっと」を登録日または登録更新日から2年以上利用がなく、再利用をする場合には改めて登録の手続きをさせていただきます。申請書、医師の意見書が必要なため、再利用をご検討の方は一度「ほっと」へご相談ください。

## <スタッフの出席した会> <ほっと・かわしま>

- 7月29日 相談支援従事者初任者研修(～30日)<山崎>
- 7月30日 精神保健福祉業務担当者研修会<遠藤>
- 8月1日 発達障害児(者)支援関係者研修会<野方>
- 8月6日 香川県自立支援協議会(地域移行部会)<遠藤>
- 8月8日 高松圏域自立支援協議会(相談支援事業所部会)<山崎>
- 高松圏域自立支援協議会(運営会議)<山崎>
- 8月19日 発達障害児(者)支援関係者研修会<野方>
- 8月21日 大川圏域自立支援協議会(相談支援部会)<遠藤>
- 高松圏域自立支援協議会(計画相談委員会)<山崎>
- 8月22日 香川県相談支援専門員協会研修会<山崎・野方>
- 高松圏域自立支援協議会(就労部会)<本多・東川・東原・遠藤>
- 8月23日 香川県相談支援専門員協会研修会<山崎・遠藤>
- 8月25日 香川県自立支援協議会(運営部会)<山崎>



## 地域生活支援センター9月 カレンダー



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	ラジオ体操 10:00～	・ラジオ体操 10:00～ ・グループ活動 (DVD鑑賞) 「アナと雪の女王」	ラジオ体操 10:00～	・ラジオ体操 10:00～ ・カラオケ	・ラジオ体操 10:00～ ・体カづくり (ヨガ) 11:00～	カラオケ 卓球
7	8	9	10	11	12	13
	ラジオ体操 10:00～	・ラジオ体操 10:00～ ・グループ活動 (ゲーム大会)	ラジオ体操 10:00～	・ラジオ体操 10:00～ ・カラオケ	・ラジオ体操 10:00～ ・体カづくり (ヨガ) 11:00～	休館
14	15(敬老の日)	16	17	18	19	20
	休館	・ラジオ体操 10:00～ ・グループ活動 (散歩) ほっと周辺	ラジオ体操 10:00～	・ラジオ体操 10:00～ ・カラオケ ・ほっと・かわしま合同 昼食会(予定)	・ラジオ体操 10:00～ ・体カづくり (ヨガ) 11:00～	カラオケ 卓球
21	22	23(秋分の日)	24	25	26	27
	ラジオ体操 10:00～	休館	・ラジオ体操 10:00～ ・レオマワールド ドバリアフリー デーに参加 (締切済み)	・ラジオ体操 10:00～ ・カラオケ ・スキルアップセミナー PM～ (高松市保健センターにて)	・ラジオ体操 10:00～ ・体カづくり (ヨガ) 11:00～	休館
28	29	30	<b>&lt;利用できる時間&gt;</b> 月～金 9:00～17:00 第1・3・5土 13:00～17:00(祝日と重なった場合は開館とします) 第2・第4土曜日・日曜日・祝祭日 休館			
	ラジオ体操 10:00～	・ラジオ体操 10:00～ ・グループ活動 (外食) びっくりドンキー 11:00出発				

★ 印のあるものは予約制です。参加を希望する方は、前日までに連絡してください。

車を使って外出をする場合は、参加費100円が必要になります。

※ 土曜日のカラオケは複数の希望者がいた場合に実施します。

プログラムは変更になる可能性もありますので、事前に確認をお願いします。



### 【編集後記】

この夏は大雨による各地の被害がすごかったですね。ニュースを見ていて何度涙したことか。こうも突然に災害が起こると役に立たないかもしれないですが、それでも防災対策や非常袋の準備はしておかないといけませんね。いつ自分の身に降りかかってくるかわかりません。

