

# ほっとスマイル11月号

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  
 MAIL:suikawa3611@shirt.ocn.ne.jp  
 H P: http://suibokufukushikai.jimdo.com/

## □■ お知らせ ■□

### ゆめタウンに出掛けます！

日時：平成 28 年 11 月 25 日(金) 10:30 頃、出発予定

費用：昼食代は各自で準備をお願いします。

申込：「ほっと」に前日(11/24(木))までに申し込んでください。



主催：みんなの精神保健福祉を語ろう会実行委員会・香川県精神保健福祉センター

### 第 21 回 みんなの精神保健福祉を語ろう会 大会テーマ「自立力 ー私を生きるー」

講演：「誰の心にも華はあるから」

講師：笠原 健（詩人 artist けんぼー）氏

分科会：好きなテーマに分かれて自由に語ろう！

テーマ① 「結婚・制度(年金や手帳)」

テーマ② 「就労」

テーマ③ 「親の介護」

テーマ④ 「同じ病気の人同士の話し合い」

**参加費無料**

日時：平成28年12月16日(金) 13:00～16:00(受付 12:30～)

場所：香川県立文書館 2階 視聴覚ホール 高松市林町2217番地19

対象：地域精神保健福祉に関心のある方

申し込み締め切り：平成28年12月9日(金) 定員：120名

問い合わせ先：香川県精神保健福祉センター 087-804-5566(西紋氏・細谷氏)

## □■ 活動報告 ■□

### 『ほっと周辺を散歩』



暑い日が続いていましたが、急に肌寒くなってきましたね。歩いているとポカポカしてきて、お散歩日和でした。稲刈りも始まって、ほっと周辺も秋らしくなっています。



## 『茶話会をしました ☕』

・「新人職員さんの森さんを囲んで」という話し合いが、10月7日(金)にありました。細くて、身長も高い、綺麗な人で明るい感じがして、ほっとに来てくれてありがたいです。

＜中継ぎ伸八＞

・森さんが定着して色々なことがどんどん出来る様になって欲しいと思います。＜K.I＞



10月より新しく職員として加わりました。森 有理佳です。地域生活支援センターのスタッフとして皆さんと過ごしていきたいと思いますので、よろしくお願いします。いつでも来所してくださいね。趣味はうどん屋めぐりです！おすすめのうどん屋さん教えてください♪

## 『風船バレーで盛り上がりました 🎈』

運動不足が続く毎日なので、風船バレーで身体を動かしました。



・久しぶりの運動でとても楽しかったです。＜片岡のりみ＞

・風船バレーの極意、それはまさに男と女の愛のかけひきである。ときに優しく、ときに激しく、風に吹かれて飛んでゆくバルーンを2人で追いかけてゆくのである。＜ボク ディラン＞

・仲良く運動出来てよかったです。＜宏＞

## 『公淵公園散策へGO 🚌』

公淵公園では「菊花展」をしていました。遠足で来ていた小学生もいてほっこりしました。菊はまだ咲き始めたばかりでしたが、いろんな種類があって綺麗でしたよ。季節を感じるには公園散策はぴったりですね！



・きれいな菊が咲いていて心が和みました＜片岡のりみ＞

・いろんな気持ちを経験し、よかった。＜宏＞



# 投稿



大人の塗り絵  
曼荼羅を仕上げてくださいました！  
細かい作業を数日に分け、  
素敵な作品となりました！



## 『思い出』

父がけさもあぐらをかいてヒゲをそっています。電気カミソリです。私はふざけて父のあぐらの上に乗ったりして遊んだ記憶がわずかながら残っています。父のヒゲは硬くてそのヒゲでもって私のほっぺたをジヨリジヨリと当てて、私はその感覚にくすぐったくてケラケラと笑ったものです。

時は経ち、私が高校生に入った頃、父が初めてヒゲソリを買ってくれました。その時は嬉しいやら照れくさいやらで少しだけ大人の仲間入りをさせてもらったような気持ちになりました。

さらに時は経ち、現在は私の息子も当然ヒゲをそっています。息子も27才です。時の経つのは早いものです。あんなに小さかった息子が今は朝、ヒゲそりの音をジージーいわせて、鏡をのぞきこんでいます。私はすっかりお父さんとなり、もう60も近くなってしまいました。

## ＜旅に出た黒猫＞

## 『俳句』

山裾に  
そこはかと咲く  
ハギの花

群青の  
はらかな山の  
美しさ

※けちえん  
掲馬の  
指先持ちて  
ピアノ弾く

※掲馬…著しいさま。目立つさま。

## 「ほっと」の再利用について

「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頂いております。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ご相談ください。また、機関紙ほっとスマイルも2年以上利用がない方への送付は停止させて頂いております。機関紙の送付をご希望の方はお手数ですが連絡をお願いします。

## ＜スタッフの出席した会＞

＜ほっと・かわしま＞

- 09月27日 香川県自立支援協議会(部会連携会議)(第1回)＜遠藤＞
- 10月11日 大川圏域地域自立支援協議会(第4回相談支援部会)＜遠藤＞
- 10月12日 平成28年度 第2回「居宅サービス事業所連絡会」＜遠藤・野方＞  
安全運転講習会＜大坪＞
- 10月14日 高松圏域自立支援協議会(運営会議・相談支援事業所部会)＜遠藤＞
- 10月20日 高松圏域自立支援協議会(計画相談委員会)＜野方＞
- 10月21日 高松圏域自立支援協議会(精神保健福祉部会)＜遠藤＞  
長期入院精神障害者地域移行総合的推進検証事業地域移行推進連携会議＜遠藤＞  
平成28年度第3回高松圏域自立支援協議会就労移行事業所等連絡会議＜東川＞



# 地域生活支援センターほっと11月



| 日  | 月                    | 火  | 水                | 木  | 金   | 土          |
|--|----------------------|--|------------------|--|---|------------|
| <p>&lt;利用できる時間&gt;<br/>           月～金 9:00～17:00<br/>           第1・3・5土 13:00～17:00<br/>           (祝日と重なった場合は閉館とします)<br/>           第2・第4土曜日・日曜日・祝祭日 休館</p> |                      |  |                  |  |   |            |
|  |                      | 1  | 2                | 3(文化の日)  | 4   | 5          |
|  |                      | ・ラジオ体操<br>10:00～<br>・書道<br>13:00～        | ・ラジオ体操<br>10:00～ | 休館   | ・ラジオ体操<br>10:00～<br>・ヨガ<br>11:00～                             | カラオケ<br>卓球 |
| 6  | 7                    | 8  | 9                | 10   | 11  | 12         |
|  |                      | ・ラジオ体操<br>10:00～<br>・卓球<br>13:00～        | ・ラジオ体操<br>10:00～ | ・ラジオ体操<br>10:00～<br>・カラオケ  | ・ラジオ体操<br>10:00～<br>・ヨガ<br>11:00～                             | 休館         |
| 13   | 14                   | 15                                       | 16               | 17   | 18  | 19         |
|  | ・ラジオ体操<br>10:00～     | ・ラジオ体操<br>10:00～<br>・散歩(ほっと周辺)<br>13:00～ | ・ラジオ体操<br>10:00～ | ・ラジオ体操<br>10:00～<br>・カラオケ  | ・ラジオ体操<br>10:00～<br>・ヨガ<br>11:00～<br>・企画会議<br>13:00～          | カラオケ<br>卓球 |
| 20   | 21                   | 22                                       | 23(勤労感謝の日)       | 24   | 25  | 26         |
|  | ・ラジオ体操<br>10:00～<br> | ・ラジオ体操<br>10:00～<br>・ヨガ<br>13:00～        | 休館<br>           | ・ラジオ体操<br>10:00～<br>・カラオケ<br>・スキルアップセミナー<br>13:30～<br>「施設見学と交流会」<br>見学先:<br>三光病院デイケア | ・ラジオ体操<br>10:00～<br>✿外出プログラム✿<br>・ゆめタウン<br>10:30頃出発<br>(雨天決行) | 休館         |
| 27   | 28                   | 29                                       | 30               |  |   |            |
|  | ・ラジオ体操<br>10:00～     | ・ラジオ体操<br>10:00～<br>・大人の塗り絵<br>11:00～    | ・ラジオ体操<br>10:00～ |  |   |            |

★ 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。また外出プログラムについて、3人以上の参加で決行とします。もし人数が集まらなければ、別プログラムに変更とさせていただきます。  
 ※ 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】

寒暖の差が激しくなってきました。体調を崩されていませんか。これから寒くなると、外に出るのがどんどん億劫になりますね。あったかいお茶でほっと一息つきましょう。今月より、森が機関紙担当しております。そんな森は稲とブタクサに鼻がやられております。お付き合いよろしくお願いたします。