

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 ■ □

🌸調理プログラム🌸

11月の調理は、和食作りに挑戦します。和食が好きな方、作ってみたい方のご参加をお待ちしております。一緒に和食作りに挑戦してみませんか??

日時：令和元年11月6日（水）10：30～

メニュー：さんま・かぼちゃそば煮・味噌汁・サツマイモご飯

場所：ほっと交流室

費用：380円

申込み〆切・キャンセルは11月5日（火）12：00です。

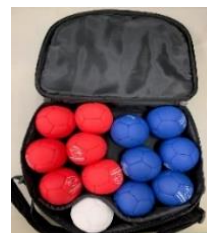


『ポッチャの道具を購入しました』

『地域活動支援センターわかたけ』さんとの交流会でポッチャを行い、楽しかったため、ほっとでもポッチャの道具を購入致しました。皆で楽しめる競技です。最近体を動かしていないという方でも、無理なくできるスポーツです。一緒にポッチャを楽しみませんか？

日時：令和元年11月20日（水）14：15～

場所：ほっと交流室



人数が多いほど盛り上がるスポーツです!!多くの方の参加をお待ちしております。

ほっとピア相談

日時：1) 令和元年11月13日（水）13：40～14：10

2) 令和元年11月20日（水）13：40～14：10

(相談人数は1日1名。相談時間は、おひとり30分です。)

場所：ほっと相談室

相談は予約制となりますので、ほっとまでご連絡下さい。
予約の際に、受付票を記入して頂きますのでお願い致します。

□ ■ 活 動 報 告 □ ■

『交流会を開催しました☆』

10月2日(水)に『地域活動支援センターわかたけ』さんと交流会を行いました。ほっとメンバー・スタッフともに『ポッチャ』に初挑戦!! ボールを投げる時の力加減や戦略など奥深いスポーツで、皆で一緒に楽しめるスポーツでした。チームワークが求められる競技だと感じました。



ポッチャのあとは茶話会を行い、ゆっくりとお話をしながら楽しい時間を過ごしました。遠い所からほっとまで出向いて頂きありがとうございました。ほっとメンバー・スタッフ共々充実した時間を過ごせました。また交流の機会をもつことができたら幸いです。今後ともよろしくお願い致します。

『香川県防災センターに行ってきました 』



【暴風体験】

10月11日(金)に香川県防災センターへ行ってきました。災害時にどう動くべきか、事前に準備できる事を前もってしておくことの大切さを改めて感じました。南海トラフ地震の発生率は30年以内に70%~80%で起こると予測されています。ぜひ、皆さんも災害時に備えた準備をご自宅で確認してみてくださいね。



【地震体験】

『10月のほっとの行事、外食と防災センターに参加して』

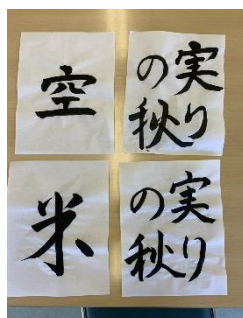
〈P.N.〉賀名生

本日は、天候も曇りで、涼しく良かったです。AM10:30に出発して、『麵処希信』に寄りました。ラーメン・餃子ご飯のランチを食べ、最後にアイスコーヒーを飲みました。大変美味しかったです。

その後、香川県防災センターで、暴風体験や消火器の使い方、火災発生時の正しい行動を教わりました。また、地震体験では震度7レベルの感覚を実際に体験しました。地震発生時に、カーテンを閉めることで、ガラスの破片が飛び散ることを防げると教わりました。それではこのあたりで。



【麵処希信にて昼食】



集中心力を高め、文字を
書く楽しさを感じながら、
参加者全員で充実した時
間を過ごしました。会を開
催するにあたり、書道の開
催したいと思っております。
皆さんの参加をお待ちし
ております。

2019年
第3回 書道の会



■ □ 投稿 ■ □

『悔恨と人生』

〈中山眞己夫〉

いやしくも悔恨をしたくないなら、何もしないほうが良い。
しかし、何もしないことも悔恨である。

『海と蝶』

外に出てみれば、しじみ蝶が小さい赤い花の周りを飛んでいた。
私は部屋に帰って、壁に海の音を聞いた。



『ブルータス胸像』

『マルス胸像』

『思い出』

〈旅に出た黒猫〉

四国に着くと、最速仕事を探しました。職業安定所に行くと、たくさんの方が職を探し求めていました。やはり私の思った通り、高松には結構たくさんの求人票が並んでいました。私は今度こそ辞めないで長く務まるような仕事を探すため、半月程通いました。

その間は長尾町にある妻の実家でお世話になりました。お父さんもお母さんもおばあちゃんも、みな良い人たちで、本当に助かりました。毎月の食事とか、職安にいくための車も貸してもらいました。

結局私は、100%満足はしなかったものの、T商店という菓子問屋の運転手として就職が決まりました。お父さんやお母さんも妻も喜んでくれました。

住まいは高松市内のアパートの一室を借りました。3DKで4万8千円という安さで、これも妻の親類の不動産屋さんの紹介でした。助かりました。こうして四国へ移り住み、新しい生活が始まりました。私は29才になっていました。

短編小説 ～蟻地獄～ 第30回

〈P.N. しらすくじら〉

《蟻地獄》

あの出来事のせいでなかなか寝付けない。明け方から良太の心を映すかのように大粒の雨が降り始めた。井上誠という画面が考えないようにしようとしても脳裏から離れない。井上とはいつからの関係なのか？自分と井上の他にも同じように関係を持つ男がいるのか？もしかして瞳は、自分が考えてもみなかった魔性の女なのか？考えれば考える程、思考がネガティブになっていく。このままでは自分が壊れてしまう。本能的にそう感じた良太は慌ててベッドから飛び起きた。急いで台所に向かい、この想いを打ち消すかのように何度も強く顔を洗った。しかし、一度芽生えた感情は簡単には消えてくれなかった。心を落ち着かそうと煙草を立て続けに5本吸う。

微かに揺れるライターの花が心の中を表しているようだった。煙草を吸い終えた良太はあるひとつの決心をした。ここは男らしく直接瞳に真実を聞こう。ベッドの上に置いてある目覚まし時計に目を向ける。午前4時だ。寝ているかもしれないが、細かい事に配慮できる程、心の余裕なかった。瞳を検索し発信ボタンを押す。出てくれることを祈りながら8コールが経つ。やはり無理かと諦めかけた頃、奇跡的に繋がった。

次号につづく...

地域生活支援センターほっと カレンダー



2019年 11 月

日	月	火	水	木	金	土
<利用できる時間> 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します) 第2・第4土曜日・日曜・祝日は休館					ラジオ体操 10:00 散歩 11:00～	カラオケ 卓球
3 文化の日	4 振替休日	5 ラジオ体操 10:00 企画会議 13:00～	6 ラジオ体操 10:00 🍁調理🍁 『和食作り』 10:30～	7 ラジオ体操 10:00 ヨガ 11:00 カラオケ	8 ラジオ体操 10:00	9
10	11 ラジオ体操 10:00	12 ラジオ体操 10:00	13 ラジオ体操 10:00 🍁ピア相談🍁 13:40～14:10 ゲーム (トランプ・ウノ等) 14:00～	14 ラジオ体操 10:00 ヨガ 11:00 カラオケ	15 ラジオ体操 10:00 すごろく座談会 10:45～	16 カラオケ 卓球
17	18 ラジオ体操 10:00 絵画 13:00～	19 ラジオ体操 10:00	20 ラジオ体操 10:00 🍁ピア相談🍁 13:40～14:10 ポッチャ 14:00～	21 ラジオ体操 10:00 ヨガ 11:00 カラオケ	22 ラジオ体操 10:00 ポッチャ 11:00～	23 勤労感謝の日
24	25 ラジオ体操 10:00	26 ラジオ体操 10:00	27 ラジオ体操 10:00	28 ラジオ体操 10:00 ヨガ 11:00 カラオケ	29 ラジオ体操 10:00	30 カラオケ 卓球

🍁印のあるものは予約制です。

車を使って外出する場合は、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は、3 人以上の参加で実施とします。人数が集まらない場合は、別のプログラムに変更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る場合に実施します。

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】

少しずつ肌寒くなり、お布団の中が気持ちいい季節がやってきましたね。朝お布団の中からはなかなか出られませんが、寒さに負けず、充実した1日を過ごせるよう頑張りたいと思います。

<スタッフが出席した会議>

<かわしま・ほっと>

- 9月27日 令和元年度 第2回マネージメントチーム地域会・事例検討会 <高橋>
- 9月30日 令和元年度相談支援従事者現任研修<高橋>
令和元年度 第2回高松型地域共生社会構築事業関係機関実務担当者会<福本>
- 10月3日 令和元年度 第2回高松圏域自立支援協議会全体会 <遠藤>
- 10月7日 令和元年度高次脳機能障害支援関係職員研修会<野方>
- 10月11日 高松圏域自立支援協議会(運営会議) <遠藤>
高松圏域自立支援協議会(精神保健福祉部会) <遠藤>
- 10月15日 第11回高松市基幹中核・地域拠点合同会議 <高橋>
- 10月17日 高松圏域自立支援協議会(相談支援部会) <福本>
令和元年度第6回高松市・直島町地域生活支援拠点検討会 <遠藤>
- 10月19日 高松市発達障がい児・者サポーター養成講座(第5回)<高橋>

