

相談支援事業所 地域活動支援センターくじら

Message



第169号
2015.5月

TEL:0894-24-6750 FAX:0894-24-6670 愛媛県八幡浜市五反田 1-106

バレーボール交流大会出場

3月28日(土)に、松山市の身体障害者福祉センターにて、平成26年度 松山金亀ライオンズクラブ杯 第20回バレーボール交流大会が開催され、我がオレンジスターズも大会にお招きいただき、大会に出場しました。

山口県と岡山県の強豪チームも参加され、レベルの高い交流大会でした！仲間でバレーを楽しみ、いい汗をかき、他のチームから刺激をもらいました。バレーって楽しい！



3人でボールのパス回し



4月12日には八幡浜市のスポーツセンでレクバレーの練習活動をおこないました。スポーツをするにはいい季節になってきました！

レクバレー練習

手作りパンケーキ

4月12日(日)に茶話会を開催しました。今回の茶話会では、パンケーキを手作りしました。みんなで手分けして、卵・牛乳・粉で生地づくりから始まりました。

ふっくら焼くには、生地を混ぜすぎないこと、そして、焼くときには上の方から“ぼたっ”と落とすことがポイント！これが意外と難しいんですよ～。

ひっくり返すときは緊張しつつも、みんな上手に「くるんっ」！

努力のかいあり、キレイに焼き上がりました。仕上げはフルーツやクリームで飾り付けして、出来あがり♪みんなでわいわい話しながら食べた手作りのパンケーキは格別の味でした♪



「ぼたっ」と落とすよ！



支援センターくじらでは、毎月ピア・カウンセリングを開催しています。

- ①相手を批判しないこと、
- ②その場で聞いた内容は他には話さないこと、などのルールがありますが、**簡単・気軽に参加できる会**なんですよ♪



毎回のおやつも楽しみの1つ♪

ピア・カウンセリングの日は、支援センターの開所日なので、**当日参加もOK!**です。みなさんも1度参加してみませんか？

★初参加の方の声★

「出てよかった」「話してラクになった」etc

ピア・カウンセリング

4月の活動報告

- 4月 8日 八幡浜高校入学式
- 4月12日 レクバレー
茶話会(パンケーキ作り)
- 4月24日 南予相談支援専門員会
- 4月26日 ピア・カウンセリング
- 4月28日 八幡浜市連絡会



5月活動予定表



※色つきの日は閉まっています。色なし(白)の日は開いています。

日	月	火	水	木	金	土
					1	2 開所 ピア・カウンセリング
3 閉所	4 閉所	5 閉所	6 閉所	7	8	9 開所 茶話会 レクバレー
10 閉所	11	12	13	14	15	16 閉所
17 閉所	18	19	20	21	22	23 閉所 こころのふれあい フェスティバル
24 閉所	25	26	27	28	29	30 閉所
31 閉所						



ピア・ カウンセリング

日にち：平成27年**5月2日(土)**

時間：14時～16時

場所：支援センターくじら

参加費：50円(茶菓代)

当日参加もOKですが、出来るだけ事前の申込をお願いします。



カラオケで
盛り上がりよう!

茶話会



日にち：平成27年**5月9日(土)**

時間：10時～12時

場所：支援センターくじら

内容：**カラオケ大会**

参加費：100円(茶菓代)

定員：8名(先着順)

申込締切：5月8日(金)12時まで



日にち：平成27年**5月9日(土)**

時間：14時～16時

場所：八幡浜市民スポーツセンター

参加費：無料

準備物：体育館シューズ

申込締切：5月8日(金)12時まで

※ご希望の方は、支援センターくじらから送迎いたします。



上記のお申込みは支援センターくじらまで! TEL:0894-24-6750

※参加には、センターの利用登録が必要です。お申込みの際に職員までご確認ください。