

# 相談支援事業所 地域活動支援センターくじら

# Message



第170号  
2015. 6月

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

## ピア・カウンセリング 仲間同士で分かち合おう！ おやつタイムも楽しい♪



今回の  
おやつ♪

5月2日にピア・カウンセリングをおこないました。今回は、初参加の方もおられ、色々な話しを聞くことができました。また、聞いた話しは、この場だけにとどめるというルールがあり安心して自分の事を話せます。休憩に出る、コーヒーとおやつも楽しみの一つです♪ぜひ一度参加してみませんか？お待ちしております！

## 私たちだけのリサイタル！カラオケ大会

5月9日にカラオケ大会をおこないました。初のカラオケ大会で、はじめは恥ずかしがって、やや小さかった声も、楽しい雰囲気ですだんだん声も大きくなってきました。懐メロの曲が多かったのですが、懐かしいなあ～とその頃の事を思い出しながら歌ったり、聴いたり…。「全曲知っている」と口ずさむ方もおられました。

「YMCA」では振り付けを踊って盛り上がり、カロリー消費！→おやつの柏餅で補給！（笑）初のカラオケ大会は大盛り上がりでした♪



ららら～♪

Y(わーい)！



おやつの  
柏餅も  
大好評！



YMCA♪



5月9日にレクバレーの練習をおこないました。パス練習では、全員で20回続けることを目標にして全員でボールを追いかけてました。最初は数回しか続かなかったのですが、みんなで声をかけ合い、協力し合って、20回を達成！心地よい汗と達成感につつまれました。今回、初めての方が体験として参加され、「とても楽しかった」とおっしゃっていました。

初めての方も入りやすい雰囲気なので、興味がある方はご連絡ください♪

## レクバレー活動 そのとき、一緒にいい汗かかない？

第15回全国障害者スポーツ大会  
精神障害者バレーボール  
中国・四国ブロック地区予選会

愛媛県選抜が大会に挑みます！  
愛媛から熱い声援を送りましょう！

開催県：鳥取県

実施日：平成27年6月6日(土)、7日(日)

場所：米子産業体育館

### 5月の活動報告

- 5月 2日 ピア・カウンセリング
- 5月 9日 茶話会(カラオケ大会)  
レクバレー活動
- 5月11日 精神障害者地域移行支援会議
- 5月21日 愛媛県相談支援協会総会
- 5月23日 こころのふれあいフェスティバル
- 5月26日 八幡浜市連絡会







# 6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	3	4	5	6 閉所 茶話会 レクバレー
7 閉所	8	9	10	11	12	13 閉所
14 閉所	15	16	17	18	19	20 閉所
21 閉所	22	23	24	25	26	27 閉所
28 開所 ピア・カウンセ リング	29	30				

下記のお申込みは支援センターくじら (TEL: 0894-24-6750) まで! ※参加にはセンターの利用登録が必要です。

## 茶話会

アツアツのお好み焼きを作って、みんなで食べよう!



- 日時: 6月6日(土) 10時~12時半 ●場所: 支援センターくじら
- 参加費: 300円(材料費) ●定員: 8名(先着順) ●申込み締切り: 6月4日(木) 17時まで

## レクバレー

運動不足解消に♪ 楽しくいい汗かこう!



- 日時: 6月6日(土) 14時~16時 ●場所: 八幡浜市民スポーツセンター
- 準備物: 運動できる服、体育館シューズ、ひざあて等 ●申込み締切り: 6月5日(金) 12時まで

## ピア・カウンセリング

仲間同士で分かちあおう!



- 日時: 6月28日(日) 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みをお願いします。

## 研修会のご案内

土屋徹先生をお迎えし、研修会を開催します。



詳細は追ってご連絡します。  
ご参加お待ちしております。  
主催: 地域活動支援センターくじら  
放課後等デイサービス事業所くればす  
お問い合わせ先 TEL: 0894-24-6750

- 7月29日(水) 14時~17時  
内容: 障がいについて(精神・発達・知的)  
対象者: 相談&就労&居宅介護事業所の職員
- 7月30日(木) 9時半~12時  
内容: 発達障がいのある児童について  
対象者: 児童の教育&支援の関係者
- 7月30日(木) 13時~15時  
内容:ペアレントトレーニング  
対象者: 障がいのある児童の保護者

