



白木町に障がい者作業所を！
グループホームを！



平成30年10月5日 発行 No. 197

ようこそ通信

10月号

発行 特定非営利活動法人
「夢の広場ようこそ」
「ひねもすようこそ」



発

カープで元気に！

夢の広場ようこそ ひねもすようこそ

代表 池岡洋子

カープのリーグ優勝3連覇！で、広島は少し明るくなりましたね。元気の出る、楽しい話題も欲しいです。ぜひこのまま日本一にもなってほしいですね!!

ひねもすでは、今年もカープ観戦に行くことができました。チケットを手に入れることがとっても難しくなっている中、友人が手に入れてくれました。ありがたや！

ひねもす利用の人たちも、カープ観戦はとても楽しみにしています。マツダスタジアムの雰囲気の中で、周りの応援を見て、カンファバットを鳴らしながら、立ったり座ったり、叫んだりすること、これを味わうことができました。野球のルールなんてよく分からないけど、あの空気の中にいるってことが一つの体験です。ハプニングもありましたが、ドンマイ！

地域の方とも行きました。車いすの方もおられたのですが、コンコースを降りたすぐの席だったので、普通席に座っての観戦も可能でした。お弁当を食べたりビールを飲んだりしながら、こちらはルールも選手のことも良くご存知の方ばかりですから、大盛り上がりでした。

今年は助成金が取れなかったので、福祉タクシー券をうまく利用し、実費を足してジャンボタクシーで快適に往復できました。こうでもしないと、とても行くことのできないメンバーばかりです。どちらも勝ってなお楽し!!

土日の支援では、三原の八天堂の工場見学に行ったり、シャレオにアルバムカフェの作品を展示してある「50000人の写真展」を見に行ったり、変わらず行動的です。最近は、地域のパブリックビューイングカープ観戦に混ぜてもらったり、集会所でカラオケを楽しませてもらったり、近場の楽しみ方も見つけました。



カープ観戦 対中日戦



50000人の写真展
アイドルの写真撮影会に乱入



ひねもすハロウィンパーティー♪



日時 平成30年10月28日(日)

10:00~14:30

場所 ひねもすようこそ

および 上市一区 日詰方面

参加費 700円

街中ハロウィンムードでいっぱいです。なぜか年々バージョンアップしていきます。ひねもすでも負けずに、今年もハロウィンパーティーを開きます。

午前中は、ひねもすで活動します。昼食はパーティーメニューで、お腹いっぱい!!

午後は「トリック オア トリート」で、仮装した仲間たちがお菓子を求めて練り歩きます。どうぞよろしく！



行事予定

毎週のように台風が来て、毎回今年最大級だという予報にびくびくします。農繁期を迎え、稲刈りもこの雨ではたいへんでしょうね。気候的には一番いい季節のはずです。秋晴れの下で、爽やかに過ごしたいですね。



月	火	水	木	金	土	日
1 ひねもす 地域サロン ヨガ教室 14:30~15:30	2	3 スイーツ カフェ	4 食堂準備	5 きまぐれ食堂 12:00-13:30 ひねもす	6 ひねもす休み	7 ひねもす デイ利用4名
⑧体育の日 ひねもす 地域サロン 絵画教室 13:30~15:30 カフェ	9 訪問支援	10 ひねもす会議 13:30~ スイーツ カフェ	11 食堂準備	12 きまぐれ食堂 12:00-13:30	13 ひねもす デイ利用1名	14 ひねもす デイ利用2名
15 ひねもす 地域サロン ヨガ教室 14:30~15:30 ひねもす カフェ	16	17 スイーツ カフェ	18	19 ひねもす 地域サロン グルメくらぶ 10:30~15:30	20	21 ひねもす お出かけ支援 デイ利用2名
22 ひねもす 地域サロン いきいき 100歳体操 14:00~15:00 ひねもす デイ利用1名	23	24 スイーツ カフェ	25 食堂準備	26 きまぐれ食堂 12:00-13:30	27 ハロウィン パーティー ひねもす デイ利用6名	28 ひねもす ハロウィン パーティー ひねもす デイ利用6名
29 ひねもす デイ利用1名	30 訪問支援	31 スイーツ カフェ	11月1日 食堂準備	2 きまぐれ食堂 12:00-13:30	3 ひねもす休み	4 ひねもす休み

ようこそ活動

きまぐれ 月3回金曜日
食堂 12:00-13:30

ラストオーダー13:15

待ち合いカフェ

毎週月・水曜日
10:00-16:00
コーヒー紅茶 100円
水曜日はスイーツカフェ
ケーキセット 300円



気軽にお立ち寄りください



ひねもす たのむず

地域サロン

メグさんのヨガ教室

日 時 10月 1日(第1月)15日(第3月)
14:30~15:30
場 所 上市一区集会所
参加費 600円



いきいき100歳体操

日 時 10月22日(第4月)
* 祭日でも実施します。
14:00~15:00
参加費 300円



健美感(足湯・足ツボ)
閉店です

おわび

平成29年3月から実施していた地域サロン「健美感(足湯・足ツボ)」を、続けていくことができなくなりました。戸坂店と矢野店からわざわざ出張して来てくださっていたのですが、お忙しいのと人手不足とで、先方のスケジュールの調整が難しくなりました。こちらから出向いていくには遠いお店ですから、井原で体験できるのはほんとありがたいことでした。

健康維持の方法には色々あり、人によって合う合わないがありますが、この健美感さんの足湯を気にいってくださっている方も多かったのです。漢方の入ったお湯で足を温め、足ツボをマッサージしてもらうと体がポカポカしてきます。血流が良くなるのですね。結構痛いところがあるのですが、そこは調子の良くない場所なのです。健光水をしっかり飲んで血液や体の中をきれいにしていくという考え方も納得できます。

急速に効果が出るものではありませんが、じんわりと現れてきます。実際に肩こりが和らいだという方や肩の痛みがなくなったという方、頭痛がしなくなった、足のむくみが少なくなったという方などあり喜ばれていました。そして何より、足湯機につかりながら、わいわいと話をして大笑いをするのがひねもすサロンらしいところでした。

とっても残念ですが、ひねもす健美感は閉店します。また余裕ができたらお願いできたらいいなあと思います。

ひ とてま支援

ね っちゅう工房

も ちよりサロン

す こやかショートステイ

問い合わせ(専用電話)
ひねもすようこそ

090-4899-4000

サロン参加ご希望の方、お電話お待ちしております。

グルメくらぶ

日 時 10月19日(第3金)
内 容 CAFE & 喫茶 山城珈琲
(安佐南区川内5丁目32-7)
目 的 ステーキランチを食べよう
日 程 10:30出発 15:30帰着予定
参加費 2300円



ひねもす絵画教室

日 時 10月8日(第2月)
13:30~15:30
* 祭日でも行います
参加費 1000円



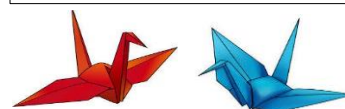
イチーのアルバムカフェ

日 時 10月28日(日) 10:30~
ハロウィンパーティーの写真撮影



お知らせ

「おりがみプロジェクト」に参加することにしました。今広島のおみやげ品としても注目されているものの一つに、折り鶴があります。その製品を、ひねもすで作って納品します。支援の日やサロンでの作業にもしていきたいと思います。新幹線口や折り鶴タワーなどで販売されています。そのうちそこに「ひねもすようこそ」の名前の入ったセットが並ぶかもしれません。



きまぐれ食堂



2か月お休みしていたきまぐれ食堂は、9月から再開しました。いつものようにお客さんが来てくださって、ゆっくりお話しをしながら食事をしていただき、ようこそに活気が戻りました。「おいしかったよ〜！」の声が嬉しい響きです。10月もがんばります！



10月のメニュー

5日(金)「魚フライ定食」
白身魚のフライと、おからサラダとお吸い物のセットです。
12日(金)「秋のカレー定食」
秋の野菜を使ったきまぐれカレーです。フルーツヨーグルト和えと野菜サラダのセットです。
26日(金)「カボチャのコロッケ定食」
秋限定、ほくほくカボチャのコロッケです。なますとスープのセットです。

<11月の予定>
2日(金)9日(金)30日(金)の予定です。

12:00開店
ラストオーダー 13:15

定食
550円

コーヒー
100円



きまぐれカレー定食



こうちゃん泊まる

こうちゃんが学校に行けなくなり、家での生活も昼夜逆転したり自宅の風呂に入れなくなったのが、小学校高学年のときでした。皮膚はガサガサになり、かゆみでガリガリかくので傷だらけの血まみれ。髪は伸びてねとねと。不快感もあり、イライラが絶えませんでした。そんなある日ちょっとしたきっかけでうちに来てお風呂に入るようになりました。それから毎日銭湯通いのようにうちに来るようになり、もう7年が過ぎます。風呂上りには体中に薬と保湿剤を塗ることで、見違えるようにきれいな肌になりました。

ここ数か月で大きく成長したのが、学校の行事のほかに自宅以外のところに泊まったことがなかったこうちゃんが、うちに泊まれるようになったことです。家族がどうしてもついておれない夜があるだろうと、先立っての訓練です。「今日は泊まります」と言って急に泊まれるようにならないのは言うまでもありません。何日も前から「木曜日は泊まります」と繰り返し話し「泊まらないと思う」と言うたびに「泊まります」と繰り返します。そして初の泊まりの日…「9時に寝ます」と言ったら寝支度をしてずっと時計を眺め、ぴったり9時には布団に入り、すんなり寝付きました。えっ?拍子抜けくらいスムーズに。そして朝までぐっすり眠りました。それから「木曜日は泊まります」が当たり前になりました。17時に来て、自転車こぎ1時間→風呂→夕食→歯磨き→寝る、朝は8時に起き、9時半過ぎの送迎バスに乗ります。とても規則正しいお泊りです。

7月の豪雨の日、家族が家に帰ってこれなくなった時、イレギュラーな金曜日の泊まりが発生しましたが、抵抗なく泊まりました。家族が用事で遅くなる日も、泊まれるようになりました。積み重ねの成果です。これは、通っている作業所のショート利用にも繋がっていったらなあと思います。足がはみ出しそうな布団を、特注しなくちゃいけないかしら?

monthly
トピックス
夢の広場

