

OSK

編集人；地域活動支援センター
こころの里

こころの里だより

〒706-0011 玉野市宇野 1-8-8

NO. 276 ~10月号~

TEL : (0863) 33-5151

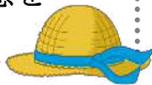
FAX : (0863) 33-5252

E-mail:maruisora.5151@tulip.ocn.ne.jp

第23回 こころの里 まつり



晴れるとまだ陽射しが強いので、帽子のご用意をお忘れなく!!



ファイナーレは今年も
フォークダンス
で楽しく華やかに



10月5日(土) 11時30分 スタート!

(※利用者さん受付 11時15分~)

午後2時ごろ終了予定(※閉所時間は午後4時)

☆参加される方はマスクの着用をお願いします。

場所：地域活動支援センター こころの里前駐車場
〈※雨天の場合は屋内で開催します〉

予約は必要ありませんが、何人くらい来ていただけるのかわかるとちよつと助かります。参加を予定されている方は「参加しまーす!」のひと声をどうかよろしくお願いします!電話でもOK!





午前00時、街を彷徨う。
都会の不夜城、寂れた裏町。
何処に行っても、私の居場所は無かった。
君に出逢うまでは。
今は暖かな温もりの中憩い眠る。
君の鼓動を感じながら



鬼灯





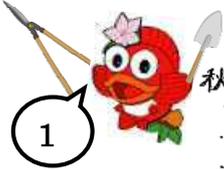
めばるの会（当事者会）より お知らせ



9月5日(木)の話し合いでは、めばるの会から出席者4名で、
以下の内容について話し合いました。

次回：10月3日（木）15：10～
◎テーマ
・秋の旅行の日程について（11/11）

内 容



秋の清掃活動について
・10/22(火)（予備日10/29）
・ポスター：9月中
・お菓子を買う係：13時頃



秋の旅行について
・11/9(土)
・行き先：
×小豆島…往復のフェリー代 2500円以上かかる
現地の移動が大変そう
×直島…昨年行った
×倉敷…アリオ倉敷～美観地区
×岡山…同屋町
・ポスター：さん

下記①参照

下記②参照

① お知らせ 一緒にお掃除しませんか！



めばると清掃活動



めばるの会では、自主活動のひとつとして、清掃ボランティアを企画・実施しています。
今回もめばるの会の会員以外の利用者さんにも、ご参加を呼び掛けています。
お昼ご飯の後、ちょっとした運動代わりにぜひ一緒にみんなの花壇を手入れしませんか！

日 時： 10月22日（火）午後1時半～2時半（3時まで 片付け）

午後3時から活動の振り返りをします



（弱雨決行／大雨の時は10月29日（火）に順延します）

活動内容： 主にこころの里の花壇の草取り・植木のせん定を行います

※ほうき・スコップ・枝切りばさみ・ゴミ袋・軍手 等は用意します

振り返り： 3時頃～ お互いの労をねぎらい『お茶とお菓子でほっこりタイム♪』

参加方法： 当日にお気楽にご参加ください



② 秋の旅行 アリオ倉敷・美観地区ツアー

日 時： 令和6年11月9日(土)

9時15分までに、こころの里へご集合ください

参加費： 実費 ※交通費(下記参照)は変更の場合があります

日 程（※概略）

9:20 こころの里出発

9:35 特急バス

10:56 岡山駅発 電車

11:13 倉敷駅着

昼食 アリオ倉敷 フードコート

ショッピング

倉敷美観地区散策

14:10 倉敷駅発 電車

14:55 岡山駅発 特急バス

16:00 こころの里 帰着予定

<交通費>	手帳の無い方	手帳のある方
電車	往復 660円	往復 660円
特急バス	往復 1340円	往復 780円
計	2000円	1340円

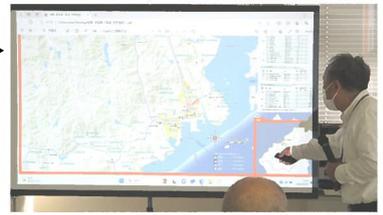
☆申込期間：10月1日(火)～11月5日(火)

☆申し込み人数 3人以上で決行！！

決行人数に達しなかった場合は、申し込んだ方あてに
11月7日(木)にめばるの会より中止の電話をします。

詳細が決まり次第ポスターを掲示します

こころの里 合同学習会 <2024.9.20 Fri>



今回は『地域ぐるみの防災セミナー』というテーマで、玉野市危機管理課の方に出前講座をお願いしました。南海トラフ大地震や大雨による浸水・土砂災害について、日頃からの備えや、玉野市としての取り組みなどをわかりやすく教えていただきました。終了後の避難訓練では急きょ“消火器の使い方講座”も開いていただき、参加者が模擬消火器で初期消火の練習をしました。危機管理課の難波さん、森国さんありがとうございました。

『秋の避難訓練』⇒



バレーボール交流大会 <2024.9.21 Sat> 高梁市民体育館



行ってきました。高梁市まで初の大遠征！交流大会は東備さん、つつじさん、こころの里の参加メンバーでシャッフルして2チームを結成し1セットマッチでメンバーを変えながら、5戦やりました。1セットで決着がつくので集中力が切れずに活気がある試合でした。出ずっぱいのお二つの利用者さん、暑い中がんばりましたー😊。急きょケガで参加は断念したけど、応援に来てくれた利用者さんもありがとうね。みなさんほんとお疲れさまでした!! 楽しかったねー☆

東備さん、つつじさん、またよろしくお願ひしまーす。We♡Volleyball :



こころの里まつりについて



みんな来てねー



11:15

利用者さん受付開始

11:30

開会宣言・クラッカー



<屋台販売開始>



当日飛び入り
ありかも…

12:00 - 12:40

のど自慢大会 (利用者さん参加)

12:45 - 13:15

ビンゴ大会<景品あり> (全員参加)



13:15 - 13:45

フォークダンス (玉野フォークダンスクラブ
の皆さんと一緒に!)

13:45 - 13:55

お買物タイム



13:55

花火・クラッカー

14:00

閉会



雨が降ってもプログラムを変更して、館内でやりますので来てくださいね!



こころの里よりお知らせ

祭

10月5日(土)こころの里まつりの日のご利用について

利用者さんの受付は午前11時15分からです。おまつりの終了後は午後4時まで館内でお過ごしいただけますが、片付け作業の間は通路の確保や清掃のため移動をお願いすることがあります。利用者の方のご協力をお願い致します。



こころの里開設23周年の記念品について

お陰様でこころの里は10月で開設23年となります。感謝を込めて、ささやかではありますが、こころの里の利用契約者の皆様に記念の品をご用意致しました。

10月1日より、10月中に来所された方にお手渡しとさせていただきます。この機会にしばらくお会いできなかった方にもお目にかかれたらと、職員一同お待ち申し上げております。



実習生さんが来られます

10月15日～11月7日に川崎医療福祉大学の学生さんがこころの里に実習に来られます。利用者さんと関わらせて頂く事が多々あると思いますので、どうぞよろしくお願い致します。

リサイクルコーナー

【 ゆずります 】 ~ **10月18日(金)** まで展示
(多数の場合は抽選)



ぬいぐるみ (パペットタイプ)

1名

イルカのぬいぐるみ。全長30cm程で、腕を入れて口をパクパクできます。ちょっと寂しい時、自分に向けておしゃべりしてみてください!かわいい顔で寄り添ってくれます。



正面こんな感じ



ぬいぐるみ (小)

1名

サメのぬいぐるみ。全長20cm程の手乗りサイズです。ムニムニしていて気持ちいいです。



※申し込みは、いずれかのうちから、1点でお願いします。

このコーナーでは、利用者の皆さんの相互の不用品再活用を目的として、リサイクル品を募集しておりますので、譲りたい物・譲り受けたい物がある方は、スタッフまでご相談ください。

※※ リサイクルコーナーのご利用につきましては、お気軽にお問い合わせください ※※
(リサイクル担当 ; 津村)



10月の行事予定



日	月	火	水	木	金	土
		1	2 休業日	3 (会議) めばるの会	4	5 こころの里 まつり
6 休業日	7	8 ソフトバレー 練習	9 休業日	10	11	12 スポーツの日
13 休業日	14 休業日 (スポーツの日)	15 運営懇談会	16 休業日	17	18	19 手芸教室
20 休業日	21	22 めばると 清掃活動	23 休業日	24	25	26 のど自慢会
27 休業日	28 シフォンケーキ づくり	29 パソコン教室 (清掃活動予備日)	30 休業日	31		

☆ 休館日・・・日曜日・水曜日・祝日・年末年始 ☆

日にち	時間	内容	備考
3日(木)	15:10~	めばるの会<話し合い> ※入会時に年会費が必要です	年会費 100円
5日(土)	11:30~	こころの里まつり (利用者受付は 11:15~) ※飲食は有料です	参加費 無料
8日(火)	14:00~	ソフトバレー練習※すこやかセンター 交通手段がある方は送迎をご遠慮下さい	13:45 出発
12日(土)	13:30~	スポーツの日<卓球>	参加費 無料
19日(土)	13:00~	手芸教室 (★予約締切 10/17 (木) 14時)	予約 参加費 100円
22日(火)	13:30	めばると清掃活動 ※詳細は「めばるの会よりお知らせ」へ	参加費 無料
26日(土)	13:30~	のど自慢会	参加費 100円
28日(月)	10:00~	シフォンケーキづくり	持ち物 I7°㊦
29日(火)	13:30~	パソコン教室 (15:30 までの参加を受け付けます)	参加費 無料

予約…予約が必要です。各行事ポスターへの記名又はお電話でもお受けします。
キャンセルは早めにご連絡ください。

☆☆☆ **行事に参加される方は、なるべく時間どおりにお集まりください** ☆☆☆

平成 12 年 9 月 20 日第 3 種郵便物認可 (毎月 25 日発行)
令和 6 年 10 月 12 日発行 OSK 増刊通巻 1297 号
発行人; 岡山障害者団体定期刊行物協会
〒700-0973 岡山市北区下中野 246-4
NPO 岡山けんかれん内 大森文太郎
(頒価 100 円は会費に含まれます)



編集人; 地域活動支援センター こころの里
〒706-0011 玉野市宇野 1-8-8
TEL: (0863) 33-5151
FAX: (0863) 33-5252
E-mail:maruisora.5151@tulip.ocn.ne.jp
編集責任者; 坂屋 豊 編集者; 岡崎 千代