



こころ♡ネットみはらまつり

2月17日(土)、三原駅前へのアシティ三原西館の2階にて「こころ♡ネットみはらまつり」が開催されました。暖かな陽が差し込む中、例年どおりのバザーやゲーム・工作、展示などのコーナーやステージがそれぞれ違ったにぎわいを見せていました。

バザー^{かいじょう}会場 就労系事業

所や精神科デイケアのみなさんが軽食や飲み物、自主製品などをにぎやかに販売されていました。ひと足早く販売が始まると、一層にぎわいが増していました。



ゲーム^{こうさく}・工作コーナー バザーコーナーの奥では、民生委員さんや県立広島大学の学生さんたちがゲームや工作のコーナーでにぎやかに迎えてくださいました。子どもさんに限らず、来場者の方が楽しんでおられたようです。

アートスペース メイン会場横のギャラリーでは、絵画や羊毛フェルト、陶芸作品など見ごたえのある作品が並び、「齋藤工房」さんのスピーカーから流れる音楽と混ざり合って良い雰囲気を作っていました。

メイン^{かいじょう}会場 正午過ぎると、まつりがスタート。

まずは港町クリニックデイケアゆあ・ポートのみなさんや三原病院デイケアグリーンフィールドみなさんが色々な曲を歌ったり演奏したりされ、みなさん楽しんでおられました。

ステージが終わると、発表の時間です。今回は、「集う・働く・混ざり合う 三原を目指して」というテーマで、グループ翼の方々や、障害のある人を雇用しておられる金光組の方、コメンテーターとして三原病院の小山田院長のお話をうかがいました。

終了後はグループワークを行い、意見を共有しました。参加された方それぞれの色々な感じ方を共有する時間になったようです。

ほほえみランチ会^{かい}「芋煮^{いもに}&おにぎり」

2月26日(月)、ほほえみランチ会をしました。

参加者はメンバーさん5名、ほほえみから2名、スタッフ2名に実習生さん1名の計10名。初参加の方が2名いらっしゃいました。

最初に手順の確認をして調理スタート。芋煮は具たくさんなので、たっぷりの野菜や豚肉、こんにゃくや厚揚げなどを手分けして切りました。普段あまり料理をされない参加者の方も頑張ってくださいました。

ゴボウやニンジンなど固めの野菜から鍋に入れて、煮込みます。おにぎり用のご飯も炊きました。

空いた時間に今回もボランティアさんが少し手話を教えてくださいました。

野菜が柔らかくなったら豚肉や厚揚げなどを入れ、醤油やお酒などで味を整えていきます。

おにぎりはシソワカメを混ぜて、手分けして握りました。デザートのリんごも付けたところで完成です。

里芋に少し固い部分が残っていたものもあつたようですが、全体的にはダシも出て、美味しく食べられました。みなさんお腹いっぱいになったようでした。



2月のうごき

- 2(金)** さ・ポート定例会(清原、東)
- 8(木)** 三原市地域自立支援協議会
運営会議(宮川、竹宮)
- 7(水)** 三原市地域自立支援協議会
就労支援専門部会打ち合わせ
:スワンベーカーリー(宮川)
- 15(木)** 三原市地域自立支援協議会
相談支援会議&定例会議&スキルアップ研修・就労支援専門部会
:三原市中央公民館(宮川、竹宮)
- 16(金)** **ヨーガ教室**(東、清原)
こころ♡ネットみはらまつり準備
:サン・シー・プラザ(竹宮)
- 17(土)** こころ♡ネットみはらまつり
:サン・シー・プラザ(東、竹宮)
- 19(月)** 三原市地域自立支援協議会
児童支援部会:サン・シー・プラザ
(林原)
- 21(水)** 広島県精神障害者支援事業所連絡会
相談支援部会:まほろば(竹宮)
- 26(月)** ほほえみランチ会(東、清原)
- 27(火)** 三原市障害者住居確保支援会議
(宮川、竹宮)
尾三圏域ネットワーク会議(宮川)

2日(金)

てい れい かい
定例会

《お知らせ》

- ・「ヨーガ教室」、「こころネットまつり」、「ほほえみランチ会」についてお知らせしました。
- ・県立広島大学より実習生 2/6~2/27
- ・2/14(水)14:30~消防設備点検。

《当日のご意見》

『外食ランチに行きたい』とのご意見がありました。さまざまな意見が挙がり、多数決の結果、「ラーメン」に決定。「金曜」「3人以上」「3月」などを考慮して計画してみます。また機関紙等で確認してください。
※定例会の参加者は6名でした。

16日(金)

きょう しつ
ヨーガ教室

今回の参加者は2名。スタッフ2名と先生、合わせて5名で行いました。すっかり顔なじみのメンバーでリラックスして体を動かしました。1時間ですが、「あっという間」と感じる方もいれば「ちょっと長い…」と感じる方も。疲れたら休憩し、難しいポーズはできる範囲で動かす、などご自身のペースで楽しみましょう。バレンタインということで、運動後のお茶タイムはチョコレートのお菓子を食べながら、いろいろなお話をしました。

スタッフ紹介コーナー

オリンピックが終わりましたね。みなさんごらんになりましたか。

今回のテーマは「オリンピックで印象に残っていること」

- 東** 勝ち続けて掴んだ小平選手の金メダル。自分に厳しく人に優しいカッコいいアスリート。
- 林原** 高木姉妹そろっての金メダル。最高の親孝行。
- 宮川** 政治の部分。競技は、スノーボードハーフパイプの平野選手&コメント。19歳ですごい!
- 竹宮** フィギュア男子の羽生選手には驚かされました。宇野選手のマイペースぶりにも驚かされました。
- 清原** 女子カーリング。チームワークの良さと、おやつタイムで何を食べているかも気になりました。

☆3/9からはパラリンピックが開幕しますね。どんなパフォーマンスが見られるか楽しみです。

スタッフ退職のごあいさつ

こんにちは。森永です。
この度、3月上旬頃でさ・ポートの勤務を終え、退職することになりました。
さ・ポートを利用してくださっている皆様や関係機関の皆様には大変お世話になりました。
皆様とのさまざまな経験を、次の職場でも活かしていきたいと思っております。
またどこかでご縁をいただき、お会いできたら嬉しいです。本当にありがとうございました。



とうこう 投稿コーナー

いつも投稿していただきありがとうございます

『投稿コーナーを楽しみにしている皆様へ』

還暦から「真っ赤な羊男」のペンネームで投稿していましたが赤い色のペンネームを使っていると年金が「赤字」になることが多く来月から縁起を変える意味でペンネームを変えて投稿します。

新しい作品は当分の間「5・7・5の世界」ですがスペースが閑いている時は今までに書き溜めた投稿文が掲載されると思います。

「真っ赤」はカープファン「羊男」は未年生まれのお私だからですがペンネームを変えてもカープのファンですよ。

《川柳》

- ・空港のある町に住み今日の空
- ・冷水を浴びるシャワーのバスルーム
- ・保健師とカープ談義の勝利の日
- ・金運の女神が嫁に来ないかな
- ・行きてさえ居れば楽しい事もあり
- ・人生を真面目に生きて生かされる

『プレゼント』

カープが好きな男性は
カープ女子とカープ談義をすると
笑顔のプレゼントがもらえる

『思考力』

私の身体は歳と共に老化して元気がなくなる

しかし 脳は段々と元気になってゆく
大学を卒業している人でも認知症になる人が多い時代

私は中卒の学歴

記憶力も思考力も大人になってから段々と良くなった

認知症とは無縁かも知れぬ

『人生』

仕事が生き甲斐だった父は86歳で人生を終えた

私は現在61歳 趣味が生き甲斐

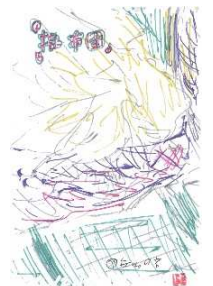
何歳まで生きられるのだろうか

父の生きた歳まで25年

「親の歳まで生きた

しかしまだまだ やりたい事がいっぱいある
と言えるような人生をおくりたい

ペンネーム: 真っ赤な羊男



《書道いろはシリーズ》

れ そ っ ね
礼 曾 川 祿

《クロスワード⑳》

チ	ク	マ	ガ	ワ		ウ
ヨ	一	ヨ	一		コ	ツ _B
ウ	ニ		タ	コ	ツ	ボ
リ	ヤ	カ	一		ト	
シ _C	ン	イ		ア	ウ	ト
ツ		テ		ブ	ヒ	ン _D
	ア	イ _A	ル	ラ	ン	ド

答え: 一心

ペンネーム: 未来の国のケンジ

さ・ポート 今月の行事

ていれいかい
定例会

3月2日(金) 12:20頃～(約20分)

とうろくしゃげんてい
★登録者限定★

利用されている方からのご要望やご意見について話し合います。
みなさまのご参加をお待ちしています。

きょうしつ
ヨガ教室

3月16日(金) 14:00～15:00

さんかひ えん
参加費：50円

参加ご希望の方は、前日までにご連絡ください。(定員5名)

※定員になりましたら申し込みをしめきります。ご了承ください。

ランチへ行きましょう

とうろくしゃげんてい
★登録者限定★

いきさき 「もり翔(ラーメン店)」(三原市役所横)

とき 3月23日(金) 11:20 さ・ポート出発



食後に少し散歩をして 13:00 ころ さ・ポート帰着予定

申し込み〆切り 3月20日(火) 定員6名

※3名に満たない場合は中止

しょうがいしゃ しょうだん じゅんかいしょうだん
障害者なんでも相談(巡回相談) ※相談には事前のご予約が必要です

ちく 地区	にちじ 日時	ばしょ 場所
だい わ 大和	3月2日(金) 午前10時～12時	だいわほけんふくし 大和保健福祉センター
ほんごう 本郷	3月14日(水) 午後2時～4時	みはらししゃかいふくしきょうぎかい ほんごうちいき 三原市社会福祉協議会 本郷地域センター
くい 久井	3月28日(水) 午前10時～12時	くいほけんふくし 久井保健福祉センター

《ご予約・お問合せ》「ドリームキャッチャー」(0848-63-3319)・「さ・ポート」(0848-62-1736) まで

●発行日:2018年3月1日発行(毎月1日発行) 創刊日:2001年9月1日

●発行:医療法人仁康会 地域生活支援センターさ・ポート

〒723-0017 広島県三原市港町3丁目19番6号 電話:(0848)62-1736 / FAX:(0848)62-1737

が つ よ て い
3月のさ・ポートの予定

月	火	水	木	金	土	日
			1	2 ていれいかい 定例会 なんでも相談・大和	3 きゅう かん び 休館日	4 きゅう かん び 休館日
5	6	7	8	9	10 きゅう かん び 休館日	11 きゅう かん び 休館日
12	13	14 なんでも相談・本郷	15	16 きょうしつ ヨガ教室	17 きゅう かん び 休館日	18 きゅう かん び 休館日
19	20	21 きゅう かん び 休館日 しゅんぶん ひ 春分の日	22	23 ランチへ いきましよう	24 きゅう かん び 休館日	25 きゅう かん び 休館日
26	27	28 なんでも相談・久井	29	30	31 きゅう かん び 休館日	