

# 相談支援事業所 地域活動支援センターくじら

# Message

第168号  
2015. 4月

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

## 白熱！ピンポン球を追いかける！

3月1日(日)に支援センターくじらにて、**卓球大会**をおこないました。11点マッチ、6人での総当たり戦です。みなさん最初は様子をうかがいながらラリーを続けていたのですが、慣れてくるとスマッシュが飛び交います！みなさん上手でビックリ！「こんなに上手いとは思わなかった…。こんなことなら練習しておけばよかった…」とは、職員のKさん談(ちなみにKさんは0勝5敗でした)。卓球は、プレーするのももちろん楽しいですが、観戦するだけでも楽しめました。ピン球を追いかけて目の運動にもなりました。



「よっしっ！」ガッツポーズ



デュースにもつれこむ大熱線！

そのあとは、和菓子食べて、熱くなったカラダとキモチをクールダウン。活動でやってみたいスポーツの話などをして、閉会となりました。とても好評だったので、また機会があれば卓球大会第2弾も開催したいです！



おまんじゅうでひといき♪

## レクバレー活動

3月1日(日)に八幡浜のスポセンで毎月恒例となっている、レクバレーをしました。

3月28日(土)に、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に、我がオレンジスターズもご招待いただきこととなり、皆で一致団結、練習しました。「バレーを楽しむ」を合言葉に、基礎練習やゲームをして、心地良い汗をかきました♪



参加者全員で円になり、ボールのパス回しをしました

## ピア・カウンセリング

3月8日(日)に、14時から参加者4名で実施しました。今回も、少人数ながら和やかな雰囲気のもと、参加された皆さんのそれぞれの想いや今までの体験談など色々なお話を聞いたり話したりしました。休憩時には、茶菓子代50円を頂きますが、参加者の方から希望のあった「お団子」を皆で頂きました。甘くて美味しかったです☆☆☆

今後も、月1回、土曜日が日曜日に継続して実施していきます。ピアを開催する日は、センターも開所です。

興味のある方、ぜひ一度参加してみてください★★★



休憩ではみたらし団子を食べ、ひとやすみ♪

## ～3月の活動報告～

3月1日 レクバレー練習  
茶話会(卓球大会)

3月3日 八幡浜市連絡会

3月8日 ピア・カウンセリング

3月19日 虐待防止セミナー

3月20日 八幡浜市社協主催 事例検討会

3月23日 精神障害者 家族の集い

3月28日 レクバレー・金亀杯





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

日にち：平成27年**4月12日(日)**

時間：9時～11時

場所：八幡浜市民スポーツセンター

参加費：無料（体育館シューズをご用意ください）

申込締切日：4月10日(午前)



## 茶話会



日にち：平成27年**4月12日(日)**

時間：14時～16時

場所：支援センターくじら

内容：パンケーキを作って食べよう

参加費：200円（材料代） 定員：8名（先着順）

申込締切日：4月10日(午前)



日にち：平成27年**4月26日(日)**

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。



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。