



発行日 平成23年 8月1日

発行: 社会福祉法人 倉敷市総合福祉事業団 地域活動支援センター玉島障がい者支援センター はばたき  
〒 713-8121 倉敷市玉島阿賀崎2丁目1番10号  
TEL 086-525-7867 Fax 086-525-7868  
メールアドレス tamashima-shien@bz01.plala.or.jp  
http://www16.plala.or.jp/tamasimahabataki/top.html

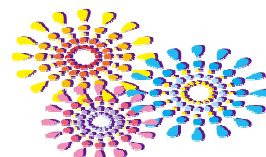
あつ  
**暑い**ですね。



はばたきの前の道沿いの花壇  
にはひまわりが大きく顔をだ  
しました。



また、ゴーヤのカーテンを**つく**  
りました!!! 暑い夏を一工夫♪  
元気に乗り切りましょうね。



## 第10回はばたきふれあい祭り

テーマ: **笑顔でふれあい つなGO! 玉島の和**  
~がんばれ東日本

私たちも応援しています~

日時: 平成23年9月25日(日)

10:00~14:00

場所: 玉島障がい者支援センター

今年、はばたき10年目を迎えました!! 今年のはばたきふれあい

祭りは例年以上にアツイ!! オープニングは八幡保育園による

マーチング演奏♪♪ カラオケ大会、ビンゴ、スタンプラリーなど

楽しい催し物がたくさん! 作業所による販売もあります!!!

にぎわうこと間違いなし!! ぜひお立ち寄りください♪

お願い

スタンプ  
ラリー・ビ  
ンゴの景品  
をみなさま  
より集めて  
います。

自宅で眠  
っているも  
のがありま  
したら、  
未使用品に  
かぎ限り、玉島  
はばたきま  
でお持ち下  
さい。

(締切: 9  
月10日)



# バーベキューをしました！

大雨警報で延期されたバーベキュー大会が6月5日に晴天に恵まれて実施することができました。材料やテントの準備・片づけを参加者みんなで行いました。材料をいっぱい買いこんだものの、肉が足りるかな？  
 と思っていたら、ちょうどいい量でした。お腹いっぱいになるほど食べることができました。  
 今年も暑い夏の季節を乗り越えましょう！



せっち

# ロッカーを設置しました。

7月1日からはばたきロビーにできました。利用希望する方は職員に声をかけてください。  
 鍵をお渡しします。



# わいわいカラオケ

## こくりゅうかい スマイルとの交流会

瀬戸内市にある支援センタースマイルから34名の皆さんが来られました。お互いの支援センターの紹介、質問コーナー、〇×クイズをしました。質問コーナーでは、生活での悩みごと、病気のこと、作業のこと、将来のことなど各センターで共有しました。〇×クイズでは、グループごとに分かれて、グループで1つの答えを出しました。意外な回答もあり、白熱したものとなりました。この交流会を生活の糧に過ごしていきましょう。



ボランティアの先生2名が来てくださりました。先生の力強くてきれいな歌声を聞いたり、一緒に歌ったり、アドバイスを聞いたり、とても楽しくて充実した時間となりました。

今後もボランティアの先生をお呼びする際はポスターに掲示しますのでたくさんの参加をお待ちしています。

# ふれあいボーリング

6月29日(水)玉島ボウルエイトへ招待ボウリングに行きました。

スペアが出てイエ～イ！ストライクが出て大喜び！ハイタッチ！！

久しぶりのボウリングに大満足。いい運動になりました。健康のために運動する機会を増やしていきましょう。





かつ かん たん

# 6・7月簡単クッキング



6月19日(日)、6月の簡単クッキングでは、煮魚、筑前煮、酢のもの、わらびもち、フルーツを作りました。

難しいと思っていた煮魚は、上手に味がしみておいしかったです。わらびもちは、甘さがちょうどよく、なめらかな舌触りでした。フルーツは今年始めてスイカを食べました。



7月17日(日)、7月の簡単クッキングでは、カレーライス・マカロニサラダ・フルーツゼリーを作りました。

暑いからこそ、皆で作ったカレーはボリュームたっぷりでした。マカロニサラダはカロリーを考えて、カロリーハーフのマヨネーズを使用しました。フルーツゼリーは、ゼリーの食感がちょうどよくおいしかったです。



王将

## 将棋大会

王将

白ごろの腕前を試すべく、将棋大会を行いました。初級者と上級者にわかれ総当たり戦に・・・盤に向かう真剣なまなざしは何手先まで読んでいるのでしょうか・・・

勝負が決まってもみんなであの手この手とおお盛り上がり、とても楽しい大会になりました。

優勝者には賞状と名人サイン入りの扇子が贈られました。



## 避難訓練

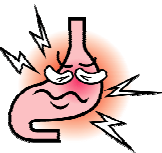
6月15日(水)玉島消防署員の指導のもと、避難訓練と水消火器を使った消火訓練をしました。

### <通報のポイント>

- ・携帯電話より固定電話を使ってください。消防署員が住所を把握し対応しやすいからです。
- ・消防署員から質問されたことに、あわてずに落ち着いてゆっくり答えてください。
- ※身近で火事が起きた際はポイントに注意して落ち着いて通報しましょう。



# 熱中症・食中毒にご注意!!



### 熱中症予防のポイント

- ・日傘・帽子を利用しましょう。
- ・涼しい服を着ましょう。
- ・水分をこまめにとりましょう。
- ・日陰を利用しましょう。
- ・こまめに休憩をとりましょう。

### 食中毒予防のポイント

- ・「菌をつけない」・・・食中毒の原因菌が食べ物につかないようにしっかり手洗いしましょう。
- ・「菌をふやさない」・・・食べ物は冷蔵庫にしまい、早めに食べきりましょう。
- ・「菌をやっつける」・・・肉料理はきちんと加熱し、調理器具は洗剤でよく洗いましょう。



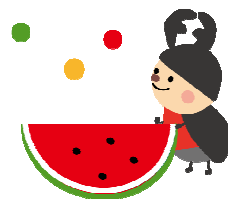


# お知らせ

行事名	日にち	時間	その他
ビリヤードサークル (偶数月)	8月11日(木)	14:30~16:30	申し込みは必要ありません。お気軽にご参加下さい。参加無料です。
ピアサロン	8月13日(土) 9月10日(土)	10:00~12:00	身体障がい・知的障がいの相談員が相談に応じます。お気軽にご相談ください。
パソコン教室	8月9日(火) 8月23日(火) 9月13日(火) 9月27日(火)	13:00~16:00	8月と9月の教室内容は、家計簿や「基本操作(初心者講習)」です。申し込みは必要ありませんのでお気軽にご参加下さい。参加無料です。
わいわい カラオケサークル	8月20日(土) 9月17日(土)	14:00~16:00	申し込みは必要ありません。お気軽にご参加下さい。参加無料です。
簡単クッキング	8月21日(日) 9月18日(日)	9:30~	前々日の金曜日17:00までに申し込みをお願いします。詳細はセンターに掲示します
さわかい 茶話会	8月27日(土)	14:00~	参加者同士の交流を目的にした話し合いの場です。お気軽にご参加下さい。参加無料です。
囲碁・将棋サークル	8月24日(水) 9月28日(水)	14:30~16:30	申し込みは必要ありません。お気軽にご参加下さい。参加無料です。
のど自慢大会	8月28日(日)	14:00~15:30	カラオケで練習した歌声を披露するときがやってきました! 詳細はポスター掲示します。
卓球サークル (奇数月)	9月8日(木)	14:30~16:30	申し込みは必要ありません。お気軽にご参加下さい。参加無料です。

※ 9月はビリヤード大会を予定しています。日程・詳細については、

センターのポスターまたは玉島はばたきホームページに随時掲示します。



## パソコン教室のお知らせ

8月と9月の講座は・・・  
「家計簿」と「基本操作(初心者講習)」を  
4回にわたり行います。

講座日は

8/9・8/23・9/13・9/27



いずれも火曜日。時間は13:00~16:00です。

皆さまの参加をお待ちしています。

## お世話になりました

玉島はばたきに来て、あっという間に

1年3ヶ月が過ぎました。

短いあいだでしたが、たいへんお世話になりました。ありがとうございました。

菊地尚之