



発行日 平成25年2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

平成25年もよろしくお願いたします

今年の干支「巳」は、恩を忘れず助けてくれた人に恩返しを行おうという意味があります。今年もスタッフ一同、皆様に感謝の気持ちを忘れず努めて参りたいと存じます。皆様にとって素晴らしい1年になることをお祈りいたします。

かどまつ げんかん お
 門松を玄関に置きました

ことし ほうふ
 今年の抱負



ことし ほうふ おかめ た
 今年の抱負はお金を貯めることし
 ようと思っております。すこしでも、そ
 の気があればお金は貯まるものです。
 以上
 あいあい
 相相

クリスマス会



12月22日(土)今年最後の行事を総勢70名で楽しみました。

今回は出し物が盛り沢山！メンバーさんが大活躍！！カラオケ、ギター、リコーダー、ピアノ、歌、ダンスとみなさん日頃の成果を發揮

しました！！はばたきオリジナルの炭鉱節を

会場全員で踊り、とても楽しい時間を過ごすことができました。

かんぞう
 感想

炭鉱節の踊りが楽しかった。踊れて良かった。また踊りたいな。赤澤直美

私はクリスマス会で「ハピネス」AIを歌いました。とても楽しかったです。AI



揺って～揺って～また揺って～



- 炭鉱節
 ～はばたきクリスマスパーティー～
 1 サンタが来た来た はばたきに
 大きな袋を持って来た
 フレゼントの中身はなんたらなく
 さぞ皆さん 楽しみだ
- 2 ルームの飾りは たんぽぽさん
 おいしい料理は 栄養委員さん
 ショートケーキは ぼちぼちさん
 みんなの出し物も 最高だ
- 3 笑顔で楽しいクリスマス
 今年も元気に ありがとう
 暖かい気持ちになるために
 優しい気持ちで 過ごしましょう
- 4 今年も一年 おつかれさん
 いろんな出会いがあったよね
 いろんな出来事もあったよね
 感謝の気持ちは 忘れずに

しょうほうくんれん

消防訓練



12月5日(水)、消防訓練と防災に関するビデオ鑑賞をしました。ビデオからは、急速に拡大延焼する「フラッシュオーバー」の恐ろしさを知り、対策として火が拡がらないために避難時にはドアを開めるよう学びました。

日頃から防災意識を持つことが大事です！

たいかい

ふれあいボーリング大会



12月8日(土)、倉敷市身体障害者福祉協会連合会主催のボーリング大会に招待していただきました。ストライクやスペアが出るたびに会場は歓声と熱気で大盛り上がり！2ゲームおこない、良い運動になりました。



ボウリングできて、本当に、よかったです。おたがい、ボウリングがんばりましょう。優秀なメンバー、ともだちなれてうれしいです。

たまがわみのる

おおそうじ

大掃除



12月27日(木)、お掃除日和の
 天氣に恵まれ、いざ活動！

「今年1年お疲れ様、来年もよろしくね」と感謝の気持ちを込め磨いて掃いて、センターはピッカピカに。

参加してくれた方、ありがとうございました。



はつもうで

かい

初詣ウォーキング・おしるこ会

1月6日(日)、羽黒神社まで歩いて初詣に行きました。おみくじを引くなど、それぞれ今年が素敵な一年になるようお祈りしました。お天気も良くセンターに戻る頃には体はポッカポカ♪初詣の後はみんな美味しくおしるこをいただきました！



新年初詣にて、玉島はばたきのメンバーで羽黒神社参拝しました。今年も玉島はばたきのメンバー仲良く一年、助け合い、過ごせる事を祈願する事を祈りました。

u-man





がつ かん たん

12・1月簡単クッキング



12月16日(日)

メニュー：豚のしょうが焼き、白菜の卵とじ、大根サラダ、ご飯、りんご

豚のしょうが焼きは焦げ目がついて焼き加減はサイコ
ー！白菜の卵とじはしょうがで体はぽっかぽか♪

旬のりんごは蜜がたっぷり

でおいしかったです♪

みんなで食べると心まで

ぽっかぽかになりました。



1月20日(日)

メニュー：チャーハン、餃子、野菜たっぷりスープ、杏仁豆腐

手作り餃子はパリッと食感も良く天下一品！

鶏がらスープの素をチャーハンとスープに使い、

味に一工夫できました！

野菜もたっぷりとれ、

健康的で美味しく召し

上がりました。



行事のお知らせ

「生活習慣病予防」講座

他人事ではない病気「生活習慣病」について学ん

でみませんか。保健師さんを講師にお呼びします。

簡単にできる体操も教えてくれますよ。

日時：2月8日(金) 15:00～16:00

場所：玉島支所5階大会議室

対象者：障がい者、家族及びその関係者

申込締切：2月5日(火)

参加費：無料



4センター交流会

就業・生活支援センター、見島はばたき、玉島は

ばたき、水島はばたきの交流会を今年も開催し

ます。

日時：3月9日(土)

場所：くらしき健康福祉プラザ 4階体育館

センターから送迎があります。

申し込みが必要です。当日は動きやすい服装で

運動靴を持ってきてください。

バレンタインチョコ作り

男の子も女の子もドキドキのイベント、バレンタインデーがやってきます！！

みんなでチョコを作ってバレンタイン気分を味わっちゃいましょう♪好きな人・家族・友達にあげるも良し！自分で食べるも良しですよ～！

日時：2月10日(日) 14:00～15:30

場所：2階調理室

参加費：350円

申し込みが必要です。

詳細はポスターに掲示します。



春のスイーツクラブ

3月はおひな祭りにホワイトデーに、実はスイーツをよく目にする季節なんですよ。

というわけで、3月もお菓子を作っちゃいましょう！

日時：3月3日(日)

場所：2階調理室

申し込みが必要です。

詳細はポスターに掲示します。



お知らせ

行事名	日にち	時間	その他
生活習慣病 予防講座	2月8日(金)	15:00~16:00	玉島支所5階大会議室にて、保健師さんを講師に招いて、「生活習慣病予防」を学びます。
ピアサロン (障がい者 定期相談)	2月9日(土) 3月9日(土)	10:00~12:00	当事者相談員が対応します。 偶数月は玉島はばたき、奇数月は船穂公民館で行います。気軽にご相談ください。
バレンタイン チョコ作り	2月10日(日)	14:00~15:30	詳細はポスターに掲示します。
パソコン教室	2月12日(火) 2月26日(火) 3月12日(火) 3月26日(火)	13:00~15:00	講師の指導の下、あなたも気軽にチャレンジしてみませんか。参加無料です。
ビリヤードサークル (偶数月)	2月14日(木)	14:30~16:30	ルールは簡単、気軽に遊べるゲームです。わいわい言いながら一緒に楽しみましょう。参加無料です。
はばたき箱 (定例会)	2月16日(土) 3月16日(土)	13:30~14:30	「こんな行事がやりたい」など玉島はばたきについて話し合っています。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	2月16日(土) 3月16日(土)	14:30~16:30	歌の好きな方、全員集合!! 声を出して日頃のストレスを発散しませんか。参加無料です。
簡単クッキング	2月17日(日) 3月17日(日)	9:30~	前々日の金曜日17時までに300円を添えてお申し込み下さい。詳細はポスターに掲示します
囲碁・将棋サークル	2月27日(水) 3月27日(水)	14:30~16:30	はじめはみんな初心者です。楽しいひとときを過ごし、交流を深めましょう。参加無料です。
さわかい 茶話会	2月23日(土) 3月23日(土)	14:00~15:00	参加者同士の交流を目的にした話し合いの場です。気軽にご参加下さい。参加無料です。
4センター交流会	3月9日(土)	13:30~15:30	2月28日(木)までにお申し込み下さい。送迎があります。詳細はポスターに掲示します。
春のスイーツクラブ	3月3日(日)	未定	詳細はポスターに掲示します。
卓球サークル (奇数月)	3月14日(木)	14:30~16:30	運動不足解消に、ピンポンゲームの感覚で軽く汗を流してみませんか。参加無料です。

※行事案内の日程・詳細については、センター内のポスターまたはホームページに随時掲示しています。

計画相談をしています!

サービスを利用して、希望する生活や目標にむけ頑張ってみよう! という方を
 応援するため、「サービス等利用計画」の作成をします。(指定特定相談支援事業)
 ご質問・お問い合わせなどございましたら、スタッフまで声をかけてください。

