



発行日 平成26年12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 thabataki@kgwc.or.jp  
<http://kgwc.or.jp/tamashima-habataki/>

## 秋のバス旅行に行ってきました♪

ひる ぜん こう げん ゆ ぼ ら おん せん

### 蒜山高原・湯原温泉

11月30日、快晴のもと出発！！まずは、ヒルゼンミルキー工場見学へ。入った瞬間からあま〜いチョコの香りに誘われ、奥へ進むとチョコレートを生産している場面を見ることができました。試食もたくさんでき、美味しさに魅せられ、みなさん続々とチョコを購入♪

蒜山高原では、美しい山々を見ながらメインイベントのハンバーグを堪能しました。かわいい馬たちとも触れ合え、自然も満喫できました。

最後に行った湯原温泉では、砂湯に入りたい手湯足湯に入りたいと、ほっこりした時間を過ごしました。途中の小雨も気にならないほど楽しめ、心も体もほっかほっかで旅を終えることができました♪

きょうはとてもよかったです。あととてもくうきがいい。ハンバーグがおいしかった。

わたなべたえこ  
渡辺妙子

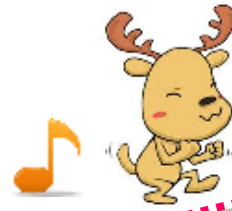
きょうはとてもたのしかった。足ゆがとてもよかった。ハンバーグもおいしかった。またのきかいがたのしみです。こんごともよろしく。

いしだみつの  
石田光野



# ダンスファッションショー

10月11日(土)、「ファッションショーがしたい」という熱い要望に応え、今年はダンスも取り入れてみました。花飾りのミラーボールを取り付け、ここはまるでダンスホール?!音楽がかかると自然と体が動き、みなさんの表現力の素晴らしさに驚くばかり。自慢のファッションも決まりましたね!最後はみんなでダンスをして、楽しい時間となりました♪



たのしかったでした。またしたいです。  
みんなのいしょうがすばらしかった。今度  
は私もいしょうをきめてきたいです。  
赤沢直美

私はスピードをダンスをしました。しまわ  
らのネックレスとピアスをつけます。AKB  
をしました。みんなでGUTS嵐、恋するフ  
ォーチュンクッキーをダンスしました。  
長谷千恵



# 簡単クッキング



## 10月

メニューはさんまの塩焼き、炊き込みごはん、海藻のお吸い物、柿でした。さんまをはじめ、しめじや柿など、秋を感じる献立♪この季節ならではの、旬の食材を堪能することができました。さんまはフライパンでも簡単に調理することができるので、ぜひ試してみてくださいね。

## 11月

メニューはフライパンピザ、ポトフ、柿でした。フライパンピザはなんと生地から手作り!! 焼き加減が難しく悪戦苦闘...しましたが、みんなで楽しく調理して、おいしくできあがりしました♪お野菜がたっぷりで優しい味に。寒い季節にぴったりのメニューでした。





# 行事のお知らせ

## クリスマス会



2014年も残りわずかになりました。今年最後の行事です、楽しみましょう！

日時：12月21日(日) 13:00～16:00 ※準備は10:30から始めます。

場所：1階ふれあいルーム 手伝える方はご協力ください。

★受付時に参加費300円(ケーキ・ジュース代)と300円程度のプレゼントを持ってきてください。

申込締切：12月11日(木)

★プレゼントで気を付けて欲しいこと★

※食べもの、飲み物、衣類以外のもの

※クリスマス会のために購入したもの

[注]家にあるものを持ってこないでください!!

### ★出し物の参加者も大募集★

歌や演奏などしたい方、司会をしたい方、

サンタ・トナカイ役も募集しています。

申込締切：12月11日(木)

## クリスマス会実行委員会を開催しています!

## ♡心の健康づくり講座♡

### ★第4回クリスマス会実行委員会★

日時：12月6日(土) 15:30～

飾り付けをします。一緒に準備しましょう!!

### ★第5回クリスマス会実行委員会★

日時：12月13日(金) 15:30～

スーパーに買い物に行きます♪



テーマ「ありのままの声を聞こう」

日程：平成26年12月18日(木)

時間：12:00～15:30 (講座受付12:30～)

内容：講演、講話など

事業所による販売もあります!

申込締切：12月16日(火)まで

申込先：市コールセンター ☎426-3030

## 大掃除

## 初詣とおしるご会(仮)

## 4センター交流会

今年もはばたきへ感謝の気持ちをこめて、清掃を行います。

気持ち良く年を越せるよう、皆様も協力をお願いします。

日時：平成27年12月28日(日)

10:00～

場所：玉島はばたき館内

内容：清掃

詳細はポスターで掲示します。

新たな年の始まりに、神社で今年度の健康をお祈りしませんか?

おしるごは、みんなで一緒に作って食べる予定です!

日程：平成27年1月11日(日)

行先：羽黒神社

事前申込が必要です。

詳細はポスターで掲示します。



今年度の4センター交流会の時期が近づいてきました。

ひさびさに会う仲間達と、日頃の練習の成果を競いましょう!!

日時：平成27年1月31日(土)

13時から受付開始

場所：くらしき健康福祉プラザ

詳細はポスターで掲示します。

各自で確認してください。



# お知らせ

行事名	日にち	時間	その他
簡単クッキング	12月7日(日) 1月25日(日)	9:30~	前日までに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。 ※12月は第4日曜日が年末のため、第1日曜日に開催します。
パソコン教室	12月9日(火) 12月23日(火) 1月13日(火) 1月27日(火)	13:00~15:00	申し込みは必要ありません。気軽にご参加下さい。参加無料です。
ビリヤードサークル (偶数月)	12月11日(木)	14:30~16:30	申し込みは必要ありません。気軽にご参加下さい。参加無料です。
障がい者 そうだん会	12月20日(土) 1月17日(土)	10:00~12:00	当事者相談員が対応します。 玉島はばたきで行います。気軽にご相談ください。
はばたき箱 (定例会)	12月20日(土) 1月17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	12月20日(土) 1月17日(土)	14:30~16:30	申し込みは必要ありません。気軽にご参加下さい。参加無料です。
クリスマス会	12月21日(日)	13:00~16:00	申し込みが必要です。 詳細はポスターで掲示します。
囲碁・将棋サークル	12月24日(水) 1月28日(水)	14:30~16:30	申し込みは必要ありません。気軽にご参加下さい。参加無料です。
さわかい 茶話会	12月27日(土) 1月24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。 12月のテーマは「学生時代の思い出」「2014年で楽しかったこと」です。気軽にご参加下さい。参加無料です。
卓球サークル (奇数月)	1月8日(木)	14:30~16:30	申し込みは必要ありません。気軽にご参加下さい。参加無料です。
初詣とおしるご会(仮)	1月11日(日)	未定	申し込みが必要です。詳細はポスターで掲示します。

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

今年も玉島はばたきをご利用いただき、ありがとうございました。

来年も、みなさんのお越しをお待ちしています。良いお年をお迎えください♪

