

# ふれあい広場 4月号

2012年4月発行

発行・印刷 地域生活支援センター「ふれあい」広島市南区出汐3丁目2-20

TEL:082-250-7830 FAX:082-250-7831

URL: <http://www.mentalhealth-hijiyama.com/>

## \*行事案内・お知らせ



### 卓球大会

とき: 4月21日(土)  
5月19日(土)  
13:00 ふれあい集合  
13:30 試合開始  
場所: ふれあい5階

### ソフトボール練習

とき: 4月28日(土)  
5月26日(土)  
13:00 ふれあい集合  
13:30 現地集合

場所: 熊平公園(予定)

### ソフトバレー 練習

とき: 4月26日(木)  
5月11日(金)

13:00 ふれあい集合  
13:30 出発

場所: 当日の空き状況により決めます  
(南区スポーツセンターまたは宇品体育館)  
持ち物: 体育館シューズ・手帳  
(手帳持参で体育館の使用が無料になります)

### バドミントン大会

とき: 4月13日(金)  
5月24日(木)

### ランチ

毎週日曜日皆さんでランチを楽しみませんか?  
当日の10:30までにお申し込みください

ふれあいミーティング 13:30~14:30  
皆さんからの意見や提案をお待ちしています

### ふれあい手話っし俱樂部

興味のある方初心者の方でも大歓迎です。楽しみながら手話を習っていきませんか?

とき: 毎月第3木曜日  
4月19日(木)  
5月17日(木)  
10:00~11:30  
場所: ふれあい5階  
(先生が来られます!)

### お花見に行きます!

お花見の季節がやってきました。皆さんで春を感じに行きませんか?

とき: 4月6日(金)  
10:00  
ふれあい集合  
場所: 比治山公園  
(近くのスーパーにて各自昼食を購入する予定ですが持参してもOKです!)

\*雨天の場合は中止となります

### アートサークル

《4月》

とき: 4月5日(木)  
外出して写生会を予定しています。  
気温も暖かくなってきたので、外の景色を写生して楽しみませんか?

場所: 宇品港周辺  
13:00 ふれあい集合  
13:30 出発

(紙や鉛筆など簡単な画材はふれあいで用意します)

\*当日は車でいきます 人数に限りがあるため 参加希望の方は早めに申し込みください 定員になり次第締め切りとなります

《5月》

とき: 5月3日(木)  
13:30~  
場所: ふれあい5階(テラスにて写生会を行います!)

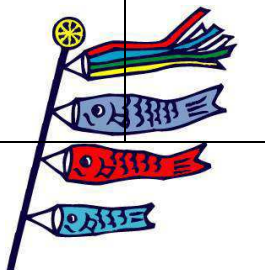
(紙や鉛筆など簡単な画材はふれあいで用意します)

# 4月

日	月	火	水	木	金	土
1 ランチ	2 休館	3	4	5 アートサークル 写生会	6 お花見	7 ガーデニング
8 ランチ グループピア カウンセリング	9 休館	10	11	12	13 バドミントン 大会	14 ガーデニング
15 ランチ	16 休館	17	18	19 手話サークル	20	21 ガーデニング 卓球大会
22 ランチ ふれあい ミーティング	23 休館	24	25	26 ソフトバレー 練習	27	28 ガーデニング ソフトボール 練習
29 ランチ	30 休館					

# 5月

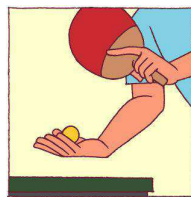
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3 アートサークル	4	5 ガーデニング
6 ランチ グループピア カウンセリング	7 休館	8	9	10	11 ソフトバレー 練習	12 ガーデニング
13 ランチ	14 休館	15	16	17 手話サークル	18	19 ガーデニング 卓球大会
20 ランチ ふれあい ミーティング	21 休館	22	23	24 バドミントン 大会	25	26 ガーデニング ソフトボール 練習
27 ランチ	28 休館	29	30	31		



# \* 活動の様子

## ぜんざい会 (3月14日)

みんなでぜんざいを作って食べました。3月はひな祭りがあるとういうことにかけて企画されたのですが、自分たちで作って食べてみるととてもおいしく感じました。ぜんざいは小豆の缶詰を使うと簡単にできたので(小豆を煮て、焼いた餅をいれるだけ!)、みなさんもチャレンジしてみたいかでしょうか?



## ソフトバレー練習 (3月9日)

9日にソフトバレーの練習をしました。今回は、参加人数が多く試合形式で行いました。声をかけ合いながら白熱した試合でした。久しぶりに体を動かしたら気持ちいいねと言いながらいい汗をかきました。見学の参加もOKです。少し体を動かしてみたいという方は、参加してみたいかでしょうか☆



# \* 投稿ひろば

人は俺をそういうふうに見つめていた

君は元気がないように見えると  
インとヨウだとインだと言われた  
モノしゃべるんかこいつみたいと言われた  
今では人にもまれた事がなかったから  
あったとしても逃げてきたから  
今は勝ち負けは別としてそんな自分すら傷ついたけど  
ここからはどうしていいか俺にもわからないんだ  
そんなに落ちこまないで  
かるく笑って1・2・3ー  
大丈夫君はいつでも大丈夫だから笑ってもいいんだよ

康哲 revolution

我が家のモカ

我が家のモカは  
生後6ヶ月になる子猫です  
とても可愛くて頭がいいです  
ペットは本当に心が癒されますよね

憂躁

## 卓球大会 (3月17日)

卓球大会が行われました。おなじみの方、初参加の方含め、みなさんで盛り上げた大会となりました。当日は春を思わせる陽気で、室内も暖房がいらぬくらい暖かかったです。

来月も行われる予定ですが、参加される方は水分補給をしっかりと、楽しい会にしましょう。  
皆様のご参加をお待ちしています。

# \* 地域の情報・イベント

広島市内のお花見情報をお伝えします!

4月に入り暖かくなってきましたね。春を感じに出かけてみませんか?

## ○比治山公園

花の種類: ソメイヨシノ  
園内には広島市現代美術館などもあり花見とアートを一緒に楽しめます。ふれあいの花見で行きます。

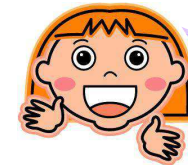
アクセス: 広島駅より路面電車で比治山下經由広島港行き「比治山下下車」徒歩1分

## ○縮景園

花の種類: ソメイヨシノ・ヤマザクラ・シダレザクラ・ヒガンザクラ・カワズザクラ  
広島の桜の開花予想を伝える標本木があり日本庭園ならではの景色が楽しめます。

アクセス: 広島駅から路面電車で「八丁堀」で下車「白島線」に乗り換え「縮景園前」で下車、徒歩2分  
(参考資料: 広島市観光ガイドホームページ)

# ◆ふれあいコラム◆



皆さんにききました!  
今はまっていること・楽しみはありますか?

古書店めぐりをして安い本と自分の読みたい本を見つけることが楽しみです。中古のCDやDVDを見つけることも好きです。

T・O



写真撮影やダンス・スポーツや色々なイベントに参加すること。お屋のお弁当作りにもまっています。どんな人と今日は出会いがあるかが楽しみです。

ロング修造

やっぱり気の合う人と集まって好きなことをしゃべり合う! ストレス発散になって楽しい

私の好きなことはカラオケです。好きな歌を歌うことでストレス発散になってます たえちゃん

改めて聴くと皆さん色々な楽しみを持っているんですね。何かな〜としばらく考える方もいましたが見つけることで意外な一面や特技を発見できるかもしれないですね☆

# 映画特別上映会!

## 映画『人生、ここにあり!』ご案内

イタリアで行われた世界で初めての挑戦—精神病院の廃止—そこで生まれた知られざる実話に、イタリア全土が笑って泣いた!

広島会場 4月15日(日)

- ① 11:00~
- ② 13:30~
- ③ 16:00~

\* 1回目の上映は、日本語字幕セリフ吹き替え・副音声付のバリアフリー版です

場所: 広島県立美術館・地下講堂

(広島市中区上幟町2-22 縮景園隣)  
(当日券: 一般1400円、学生・シニア1200円、高校生以下1000円)

主催「人生、ここにあり!」広島上映実行委員会  
問い合わせ: 082-285-8165 (実行委員会事務局)

特別鑑賞券を1000円で購入することができます

また5月12日(土)に呉会場にて上映もあります  
詳しくはふれあいまで☆

2回目・3回目の上映には南区にある作業所『トムハウス』より当事者発表があります!

# \* 当事者活動

## グループピアカウンセリング

3月は「どうすれば人と親しくなるか、または和やかに話せるか」「最近のマイブーム」というテーマで自身の体験や想いを語り合いました。

初めての方でも気軽に参加できます。興味のある方はぜひご参加ください。

次回 4月8日(日), 5月6日(日)  
13:30~  
6階 地域交流室にて

by ムーミン



2

★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★

編集後記

今月よりふれあい広場が新しくなりました。多くの方に読んでいただけるよう工夫していきたいと思っておりますので、皆様からご意見・ご感想などありましたらお聞かせください。今後ともよろしくお願いいたします。

八塚

★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★

# グループホームがスタートしました

平成24年3月1日より、グループホームいこいⅠ・いこいⅡがスタートしました。

## メンタルヘルス比治山

6F	地域生活支援センターふれあい	
5F	地域生活支援センターふれあい	
4F	グループホームいこいⅡ	…個室 6室 (風呂トイレ付)
3F	グループホームいこいⅠ	…個室 12室 (風呂トイレ共用)
2F	メンタルクリニック比治山	
1F	精神科デイケアあすなる	

◆グループホームとは◆  
地域での暮らしに不安を抱えている方、生活にあと少しの援助がほしい方が仲間と共に暮らしていく住居です。

◆利用するには◆  
まずはお問い合わせ後、見学にお越し下さい。  
費用や手続き等詳しくご説明させていただきます。