

# 12月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6 ガーデニング 卓球大会
7 ランチ グループピア カウンセリング	8 きゅうかん 休館	9	10	11 カラオケ	12 ソフトバレー 練習	13 ガーデニング ソフトボール 練習
14 ランチ ふれあい ミーティング	15 きゅうかん 休館	16	17	18 手話サークル (クリスマス会)	19 バドミントン 大会	20 ガーデニング
21 ランチ (クリスマス バージョン)	22 きゅうかん 休館	23 ふれあい広場 編集委員会	24	25	26 大掃除& 忘年会	27 ガーデニング
28 ランチ カラオケ	29 きゅうかん 休館	30	31 きゅうかん 休館			

14:00~ ふれあい5階  
記事の内容やレイアウトを考えます。どなた  
でも参加できます。興味がある方はぜひ参加し  
てみてください☆

# 1月

ねんまつねんし やす  
◇年末年始のお休み◇

12/31(水) ~ 1/2(金)  
となります。よろしくお願ひします。

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

## 〇ランチ

毎週日曜日皆さんでランチを楽しみませんか?

当日の10:40までにお越しください

## 〇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

10:40までに来所さ  
れていない場合は、キャン  
セルとさせていただきます  
ますので、ご了承くだ  
さい。

## ◇グループホームいこい◇

☆部屋情報☆

H26.11月末現在

空きがあります

お問い合わせ: (082) 250-7850



ひろば がつごう

# ふれあい広場 12月号

2014年12月発行

発行・印刷 ちいきせいかつしえん 地域生活支援センターふれあい ひろしましみなみくでしお 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 \*

### 卓球大会

とき: 12月6日(土)  
1月17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

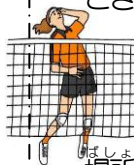
とき: 12月13日(土)  
1月24日(土)  
13:00 ふれあい集合  
13:30 出発

場所: 熊平公園(予定)



### ソフトバレー練習

とき: 12月12日(金)  
1月9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・中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: 12月19日(金)  
1月16日(金)

## 大掃除 & 忘年会

年末に大掃除と忘年会を行います。

一年の汚れをスッキリ落として気持ちよく新年を迎えたいですね。大掃除の後は、皆さんで忘年会をしたいと思っております。ぜひご参加ください☆

とき: 12月26日(金)

10:00~大掃除

大掃除が終わり次第、忘年会

場所: ふれあい5階

費用: 500円

\*12月25日(木)に買い出しに行きます

買い出しに行く方は10:30にふれあいに集合してください☆

申し込みが必要です。参加希望の方は12月24日(水)までに、料金を添えて申し込みください。

## ランチ ~クリスマスバージョン~

クリスマスの季節が近づいてきました。いつものランチを皆さんとクリスマスバージョンのランチで楽しみませんか?

とき: 12月21日(日)

10:40~

場所: ふれあい5階

費用: 500円

申し込みが必要です。参加希望の方は12月19日(金)までに、料金を添えて申し込みください。

\*12月20日(土)に買い出しに行きます

買い出しに行く方は11:00にふれあいに

集合してください☆

## カラオケ

大好評のカラオケを引き続きふれあいにて行います。楽しく歌って皆さんで盛り上がりませんか?

とき: 12月11日(木) 1月8日(木)  
12月28日(日) 1月25日(日)  
13:30~15:30

場所: 6F地域交流室 費用: 100円



## 初詣に行きます

仁保姫神社に初詣に行くことになりました。皆さんで新しい年の祈願にかけませんか。

初詣の後は、皆さんでぜんざいを作って食べます。

ぜひご参加ください☆

とき: 1月3日(土)

13:30 ふれあい集合

場所: 仁保姫神社

費用: 実費



# グループピアカウンセリング

## 想いや体験を語りませんか？

10月テーマ：「日常生活でまよきたいこと」「どんな風に人生をきたいか」「会話の幅をどうやって広げているか」「好きな歌手は誰か」

11月テーマ：「病気で倒れた時どうするか」「今一番の悩みは何か」「一日いくらお金を遣っているか」「人の輪に入るにはどうしたらいいか」

各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。

とき：12月7日(日) 1月4日(日)

13:30～

場所：6F地域交流室にて

夢が半分叶います

パソコンでの詩集制作メンバーさん

Tさん、Mさん、Hさん、Sさん、Iさん、Mさん

パソコンで詩集制作にたずさわってくれてありがとう

詩集完成 3週間前です 感謝につきます

半分夢が叶います 0.23mm成長します

制作に特にたずさわってくれたTさん

みなさん ありがとうございます

今は楽しみです(詩集の完成を)

これからもがんばっていきます

完成したら それを自信につけて より高みに

飛翔したいです

康哲revolution

## \*活動の様子\*

### 亥の子祭り

11月15日、出汐町の亥の子祭りがおこなわれました。

ふれあいは子どもたちが楽しめるようなあてゲームを行いました。参加された皆さんは、お菓子をねらって何度も挑戦する子どもと一緒に楽しみました。

お餅や豚汁のおすそわけもいただき、美味しくいただきました。手伝ってくださった皆さんお疲れ様でした！

### 菊まつり

11月4日、広島城で開催されていた菊まつりにふれあいの行事として初めて行きました。天候にも恵まれ、会場には色とりどりの菊や、大きさの違う色々な種類の菊が鮮やかに飾られていて、とてもきれいでした。



## 手話サークル

興味のある方は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：12月18日(木) 1月15日(木)

13:30～15:00

場所：ふれあい5階(先生が来られます！)



12月18日はクリスマス会ということで、皆さんで楽しめるゲームをやります！参加プレゼントあります☆

## \*投稿ひろば\*

—『初雪の約束 約束 約束 イブの夜』—

～クリスマスの良い日に～

ほんの小さき 灯に あたたかみを覚える…

以前は、ココロ貧しい人に そう映ると そう想っていた

しかし実際 最近そのように感じる自分が居る

光の方へ、光と共に…と常に走り込んできて

長い年月が経つ

ワタシは果して愛という名のもとに生きてきたのだろうか？

光にあつての愛といつくしみ…すべてぬくもりの中へ

自らを置いてきたと自負していた…

いや…それは…元来、本当の孤独を知らないと言えるのかも  
しれない… — (ある意味恵まれていた) —

。。『本当の孤独』。。

神の愛にいと自称し、自らにも架せていた深い痛みは…

…いや…今更ながら、小さな 灯に癒されている

自分にフト気付く。

—徒然なる夢ごころにて—

by ムーミン

OKI. F

BIKE (Speed Star)

熱い心臓の鼓動がする。気分がハイになる。

オレは、BIKEを飛ばして 長いロードを走っている。

人生という名の。あの娘の元へと向かって。

すれちがう奴ら。視線がすばやくなる。

風景が流れていく。『このままブレーキをかけたくない』

飛ばすアクセル。スピードは手ぬかり無し。

オレは死ぬのだろうか？BIKEと命が一体になる。

『いったいこの感覚はなんだ？』

このまま地獄の果てへと ひとつとび。

夢から覚めた。黒光りしたイカした奴が目の前に。

いつもバイカー気取りのオレさ。

他人の目なんて気にならない。スピード・スター

# へんしゅういんかい ふれあい編集委員会！ いいんさくせい 委員作成コーナー

今回は、生活保護について調べました。

“最後のセーフティーネット”として私たちの生活に関わりのあるものですが、実際には知らないことや疑問などがまだまだ多くありました。

今回受給されている方からの経験談なども聞かせていただき、編集委員なりにまとめました。生活保護について皆さんが改めて考える、良い機会になったらと思います。

## せいかつほご 生活保護について

—こんなとき、どうすればいいの？—

せいぞんけん ほしょう  
生存権の保障

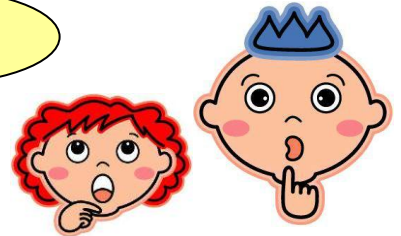
じりつ ささ  
自立を支える

引っ越すときの費用は  
どうなるの？



たとえば・・・

- \* 家主に退去するよう言われている
- \* 家が老朽化・破損して住むことが難しい
- \* 福祉事務所の指導により、今住んでいる住居より低額な家賃の住居に転居するときなど、福祉事務所が転居を認めた（指導した）場合には、引越費用などとして、決められた金額内で転居費が支給されます。ただし、この限度額は地域によって異なります。



かでんせいひん（れいそうこ せんたくき）  
家電製品（冷蔵庫や洗濯機など）  
が壊れ、買い替えたいときは生活  
保護から支給されるの？



ケガや病気の診察、歯の治  
療や薬代などの医療費  
はどうなるの？

日常生活に必要な物品については、本来は月々の生活費のやりくりによ  
って購入すべきものなので、生活保護費からは支給されません。

ただし・・・

- \* 施設や病院から、退所・退院し新たに生活する際に  
全く家具などを持っていない
  - \* 災害にあい家具の大部分を失った
- など緊急のやむを得ない事情がある場合には、**家具什器**として指定され  
た物品を、指定された金額内で支給を認められる場合があります。



※家具什器：炊事用具、食器など



まずは福祉事務所に申請に行く必要があり  
ます。そこで発行された「医療券」を、  
生活保護法で指定された医療機関の  
窓口で提出することで、医療費は原則  
無料になります。



☆編集後委員より一言☆

ひろしまどしゃさいがい、おんたけさんふんか  
広島土砂災害、御嶽山噴火が起きました。

自然の恐さを知って、自然と付き合うのがいいと聞いた  
ことがあります。

この2つであらためて自然の恐さを思い知らされたよ  
うな気がします。

私たちおじさん？お婆さん？！たちは、この地球  
を今の子どもさん達に上手にバトンタッチできるの  
でしょうか。

いしいえいきち  
石井永吉

さくせいしゅ おく いのき さだもり なかみね  
作成者：奥、椎木、貞森、中峯

※各世帯の状況や地域によって、支給内容や支給金額  
が異なります。詳しくは、お住まいの地域の福祉事務所ま  
でお問い合わせください。

### 【参考・引用文献】

- 生活保護手帳 2013年度版
- 生活保護手帳 別冊問答集 2013
- 2014年度版 医療福祉総合ガイドブック
- 厚生労働省ホームページ