

○ランチメイト～火・木・土曜日に開催  
 参加費100円・米一合、または150円  
 参加者で役割を担当します。  
 調理担当・テーブル拭き担当・椅子、箸準備担当・  
 盛り付け担当・配膳担当・セッティング  
 ＊調理担当：10時集合＊予約は10時30分まで  
 イーハトーブあけぼの以外の参加者：11時集合  
 ○喫茶あけぼの～16日（金）参加費200円  
 ＊スタッフ参加者は、前日までにお申込み下さい  
 会場設営・飲み物準備・調理・給仕担当・売上計算  
 ＊会食で来所される方は13時までにいらして下さい

### 社会貢献・ 交流プログラム

○ちょボラ  
 毎週水曜日 10:00～  
 ペットボトルキャップの選別作業  
 ○清掃作業  
 毎週水曜日 11:30～  
 支援センター食堂内清掃作業  
 ○手話教室～19日（月）13:00～

### 健康増進プログラム

○ヘルスチェック～3日（土）13:00～  
 血圧測定などを行い、健康状態の確認を行います  
 ○体力作り～12日（月）センター内で室内運動  
 ○バレーサークル～17日（土）13:00～  
 ＊会場は調整中です。



発行：花巻市社会福祉協議会  
 相談支援事業所あけぼの  
 地域活動支援センターあけぼの  
 花巻市石神町364番地  
 T e l : 0198-21-1813  
 F a x : 0198-29-4345  
 Email : akebono2@aurora.ocn.ne.jp

### 本人活動プログラム

○パソコン教室 毎週水曜日 13:00～  
 前半は共通の学習、後半は各自課題に  
 ＊今月の共通学習テーマは  
 「プリンターの使い方」（予定）

### 生活技能プログラム

○一人暮らし学習会～10日（土）13:00～  
 皆でテーマを決め取り組みます。  
 OSST（生活技能訓練）～26日（月）13:10～  
 @福祉センター ミーティングルーム  
 皆でテーマを決め取り組みます。

### 余暇活動プログラム

○女子会～2日（金）詳細はチラシにて  
 ○俳句・絵手紙～5日（月）10:00～  
 ○脳トレ～9日（金）10:00～  
 ○コーヒー&PC～13、27日（火）13:00～  
 コーヒー・お茶を楽しみながらパソコン操作。  
 ○カラオケクレヨン～23日（金）10:30センター集合  
 現地集合11:00 参加費400円

### 就労支援プログラム

○就労学習会 詳細はチラシにて

### 相談支援事業所

#### 移動相談

大迫地区：8日（木）第2木曜日  
 東和地区：15日（木）第3木曜日  
 石鳥谷地区：22日（木）第4木曜日

#### 本人活動プログラム

○ピアカウンセリング 13:10～15:00  
 気軽に話をしあう、聞きあう時間です。  
 1日（木）福祉センターミーティングルーム  
 15日（木） //

OA-WRAP 13:10～15:00  
 元気回復行動プランを作成します。  
 6日（火）福祉センターミーティングルーム  
 20日（火） //  
 メモ用紙、ペンをご用意ください。

月	火	水	木	金	土	日
活動プログラムの時間 午前 10:00～12:00 午後 13:00～15:00 ※内容により前後する場合があります。			1	2	3	4
			ランチメイト	女子会	ランチメイト	閉館日
			ピアカウンセリング	午後閉館	ヘルスチェック	
5	6	7	8	9	10	11
俳句絵手紙	ランチメイト	ちょボラ・掃除	ランチメイト	脳トレ	ランチメイト	閉館日
コーヒータイム	A-WRAP	パソコン教室	コーヒータイム	コーヒータイム	一人暮らし学習会	
12	13	14	15	16	17	18
コーヒータイム	ランチメイト	ちょボラ・掃除	ランチメイト	喫茶 あけぼの	ランチメイト	閉館日
体カづくり	コーヒー&PC	パソコン教室	ピアカウンセリング		バレーサークル	
19	20	21	22	23	24	25
コーヒータイム	ランチメイト	閉館日 (春分の日)	ランチメイト	カラオケ クレヨン	ランチメイト	閉館日
手話教室	A-WRAP		コーヒータイム	コーヒータイム	コーヒータイム	
26	27	28	29	30	31	
コーヒータイム	ランチメイト	ちょボラ・掃除	ランチメイト	コーヒータイム	ランチメイト	
SST	コーヒー&PC	パソコン教室	ピアカウンセリング	センターカラオケ	コーヒータイム	

## 新年会報告

1月20日(土)、新年会を開催しました。参加者は利用者さん、ボランティアさん、職員、合わせて36名！年の初めから多くの方々に参加していただきました。恒例の餅つきでは、多くの皆さんに参加していただき、おかげさまでとっても柔らかく、美味しいお餅に仕上がりました。会食メニューは4種類(くるみ、あんこ、きなこ、雑煮)のお餅料理に、ちらし寿司や唐揚げなどでした。皆さんお代わりされ大変好評のようでした。

会食後は、恒例の書初めタイム。それぞれの目標や、ユニークな言葉、イラストもあつたりと個性豊かな作品がたくさん仕上がりました。今回は利用者Hさんが用意してくれたカラオケも実施しました。久しぶりのセンター内のカラオケとなり、こちらも大変盛り上がりました。

参加された皆さんの笑顔が多くみられ、今年も良い1年になる予感があります。参加者の皆さん、準備にご協力いただいたボランティアの皆さん、お疲れさまでした。2018年もよろしくお願ひいたします！



恒例のもちつき



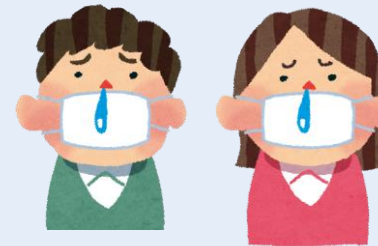
利用者さんが大集合！



カラオケも盛り上がりました

## インフルエンザ最新情報

2月14日時点の花巻市のインフルエンザ疾患の患者発生状況によると、岩手県の数値が56.98に対し、花巻市は70.0という高い数値を記録しています。ちなみに30.0以上が警報レベルとのこと。また、インフルエンザはA型、B型があり、一度かかった方が別の型にかかるケースもあり注意が必要です。引き続き手洗いうがいを徹底して予防に努めましょう！



## 支援センター閉館日程のお知らせ

事務所倉庫移動のため、支援センターあけぼのは下記の日程で閉館となります。利用者の皆さんには大変ご迷惑をおかけいたしますがご協力のほどよろしくお願いいたします。

**閉館時間：3月2日(金)**

**13:00~17:15**

## バレーサークル

### 参加者募集のお知らせ

今月から再開予定のバレーサークルでは、新規メンバーを随時募集しております。日々の健康づくり、仲間との交流の促進を目的に活動しています。また、毎年秋に行われる「岩手県精神障害者バレーボール大会」へも継続して参加しています。昨年からは交流クラスにエントリーし、勝ち負けだけではなく、他チームとの交流も兼ねたリーグで楽しんで参加することができました。

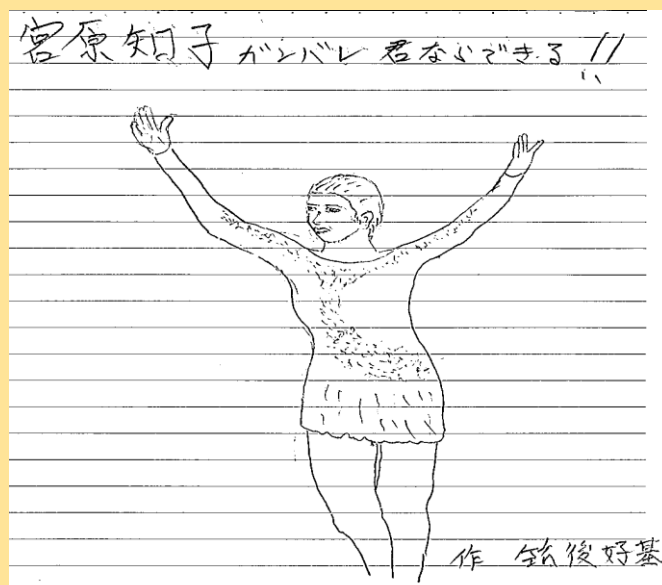
経験は問いません。興味のある方の参加をお待ちしています。

**※参加にあたり、スポーツ保険への加入が必須となります。**3月

から受付ますので、希望者は職員までお問い合わせください。



## 文芸コーナー



このコーナーでは皆様の名作、迷作を大募集中です。俳句に限らず、様々な形の作品 お待ちしています！

おつかいに  
行きたいという  
自立心に  
持たせる薄い  
空色の傘

伊藤純江

春の日に  
人がにぎわう  
空の下

M

改めて順序良く書こう  
織田信長は不如帰を鳴かねば殺すと言う  
豊臣秀吉は不如帰を何とか鳴かそうとする  
徳川家康は鳴くまで待つと言ってている不如帰を  
例え言葉だらうけれどね面白いよ歴史は

建男

ようようと

立春が

春になる

カナモン

お年玉を  
いただいてから  
嬉しいな

ミキティ



新年会での書初め作品の数々です。ぜひ実物をご覧ください！