

あけぼの通信

12月号 | 2024



活動センター キッチンプログラム

○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
※参加予約は10時30分までをお願いします。
新型コロナウイルス感染状況を見つつ、お手伝いも頂きながら実施していきたいと思っています。

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等
- 清掃作業 毎週水曜日 11:30～
支援センター食堂内清掃作業等
- 年忘れ食事会 19日(木)・21日(土)
11:30～13:00頃 ※詳細は裏面
- 掃除(年末) 27日(金) 10:00～11:30

健康増進プログラム

- ヘルスチェック 7日(土) 13:00～
血圧測定など行い、健康状態の確認を行います。
- バレーサークル
14日(土) 13:00～ 若葉小学校

生活技能プログラム

SST(生活技能訓練) 23日(月) 13:10～
@福祉センター 福祉センターミーティングルーム
対人コミュニケーションの練習をします。

本人活動プログラム

- PC・スマホサポート
9日・16日(月)
前半 13:00～定員4名
後半 14:00～定員4名
パソコンやスマホ等のことで、ちょっとした分からないこと等を聞くことが出来る時間です。質問等はおひとり2つまで。

余暇活動プログラム

- 俳句・絵手紙 2日(月) 10:00～
俳句や絵手紙の作成、習字も行います。
- センターカラオケ 6日(金) 13:00～
パソコンを使用して新しい曲も歌えます!
- 脳トレ 13日(金) 10:00～
自分の好きな内容を取り組みます!
- 習字 20日(金) 10:00～
墨の香りに癒されながら何か書いてみませんか。

就労支援プログラム

今月の予定はありません

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
tel：0198-21-1813
fax：0198-29-4345
Email：akebono2@aurora.ocn.ne.jp
HP：<https://hanamaki-syakyo.or.jp/pages/39/>

相談支援事業所

移動相談

大迫地区：12日(木) 第2木曜日
東和地区：19日(木) 第3木曜日
石鳥谷地区：26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 13:10～14:50
気軽に話をしあう、聞きあう時間です。
5日(木) 福祉センターミーティングルーム
- A-WRAP(あけぼのWRAP)
13:10～14:50
元気回復行動プランを作成します。
12日(木) 福祉センターミーティングルーム
26日(木) //
メモ用紙とペン、またはスマホをご用意ください。

月	火	水	木	金	土	日
活動プログラムの時間 午前の活動 10:00～ 午後の活動 13:00～ *プログラムにより終了時間は異なります。						1 閉館日
2	3	4	5	6	7	8
俳句絵手紙	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	閉館日
コーヒータイム	コーヒータイム	コーヒータイム	ピアカウンセリング	センターカラオケ	ヘルスチェック	
9	10	11	12	13	14	15
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	脳トレ	ランチメイト	閉館日
PC・スマホサポート	コーヒータイム	コーヒータイム	A-WRAP	コーヒータイム	バレーサークル	
16	17	18	19	20	21	22
コーヒータイム	ランチメイト	ちょボラ・掃除	年忘れ食事会①	習字	年忘れ食事会②	閉館日
PC・スマホサポート	コーヒータイム	コーヒータイム	コーヒータイム	コーヒータイム	コーヒータイム	
23	24	25	26	27	28	29
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	掃除	コーヒータイム	閉館日
SST	コーヒータイム	コーヒータイム	A-WRAP	コーヒータイム		
30	31					
閉館日	閉館日					

年忘れ食事会のお知らせ

仲の良いあの人と、話してみたかったあの人と楽しい時間を過ごしませんか？

お弁当はポパイさんのお弁当をお願いしています。恒例のデザートもつく予定です。是非、ご参加ください。

日時：12月19日(木) 11:30~13:00
21日(土) 11:30~13:00

場所：支援センター食堂内

内容：お弁当の会食、
デザートの提供、バリスタ

会費：1,200円

締め切り：19日：11日(水)、21日：13日(金)



年末年始の閉館のお知らせ

本年も皆さまのご協力により、プログラム等実施する事が出来ました。ありがとうございました。

12月29日(日)~1月3日(金)は、年末年始のため、支援センターは閉館となります。

同じく、緊急電話対応も1月6日(月)からの再開となります。ご協力のほどよろしくお願い致します。

新年に皆さんと元気な顔でお会いできる事を楽しみにしています！良い年をお迎えください！



障がい者文化芸術祭の受賞おめでとう

12名の方に作品応募して頂いた今年の文化芸術祭の受賞者をご紹介します。

習字部門努力賞 熊谷美智子さん

文芸部門佳作 橋本功也さん

受賞おめでとうございます！

今回は受賞を逃した皆さんの作品も大変力作揃いでしたので、展示会場内で輝いていると思います。ありがとうございます。

あいびー花巻見学の報告

10月31日(木)に新しい就労継続支援B型事業所あいびー花巻に見学に行きました。参加者は3名。

作業内容は、木工細工の部品の袋詰め、家電製品の分解、ハンドメイド作品作り、チラシ折り、ポスティング等があるとの事で、1日に複数の作業を行うとの事です。綺麗な建物と静かで落ち着いた空間でした。利用者はまだ少なく、利用前提ではない体験も受け入れ出来るとの事です。優しく丁寧に説明して頂きました。ありがとうございました。

文芸コーナー

木枯らしに
すくむタベの
帰り道
シヨウウインドの
ベージュのフリース
伊藤純江

手づくりの
甘酒の味
忘れえぬ
ゆめはなび

雪吊の
耳には響く
落語かな
正男

K・S

秋深し
霜がおりて
冬近し

雪吊の

耳には響く

正男

M

多様性
悩んでみてモ
答え無し
水城吉乃

水城吉乃

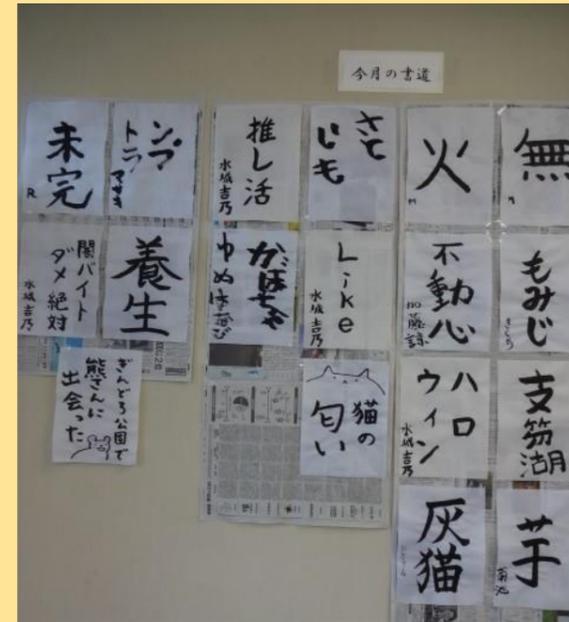


「秋から冬」

秋の風吹いてきた
ほら
「落ち葉の運動会だ」と
幼稚園児がはしゃいでる
木が裸になると
「だんだんお空が白くなるよ」と
幼稚園児が冬の雪を待ってる
早く冬になあれ

みすゞ

今月の習字



神秘なる音響の領域
類稀(たぐいまれ)な深淵混沌たる音色
絶妙奇抜な芸術的旋律
そこに足を踏み入れた者は
何者もその美しさに抗(あらが)う事は出来ない
天上からの光を垣間見たかと思えば
また暗闇の背徳にも誘(いざな)われる
次元を超越した音群の数々は
精神の深層を掠(かす)め取りながら響き渡り
夜空の流星が降り注ぐ如くに
光と闇を彩りながら流れ行く
音響は報われぬ魂の鎮魂歌
音色は美学の体現たる夜想曲
旋律は心理を奏でる協奏曲
全てが繊細微妙な共鳴幻想
その音群に聴き惚れながら
時間性に束の間の安息を得る
やがては空間も友としながら
切ない徒(あだ)し世の夢幻が奏で流れ逝く

橋本

●文芸コーナーでは皆さんの作品を随時募集しています。
俳句に限らず、様々な形の作品 お待ちしています！