

メンバー・スタッフによる手作り情報誌

563の会NEWS

4月号

NO. 282

『DANDY CAFE』が 『スペシャルコーヒー』

として復活しました！！

毎月第2木曜日 12:00～13:00 まで

淹れ立て



参加費 100円
お菓子付き(イメージ図)

社会福祉協議会のコーヒーボランティア講座を受講した方々が
淹れたての美味しいコーヒーを作ってくれます。

ぜひ、みなさんおいでください。

4月号の内容



- *3月の活動の様子 *投稿コーナー *4月の活動予定表
- *就労継続支援B型業所 虹工房のご紹介
- *グループホームあゆみ・翼 暮らしの様子 入居者募集中
- ★リレーメッセージ第26回は
グループホームあゆみ・翼の職員 浜本美代子さんです。



*563NEWSの3月号のバックナンバーに誤りがありました。お詫びして訂正いたします。

誤 NO.282→ 正 NO.281



9回投げるチャンスがあります。



すべらせても、飛ばしても、どきどきでも良いです。



輪～投げてみんな盛り上がりようぜゲーム

スリッパ飛ばして足つらないでねゲーム



ゲーム大会

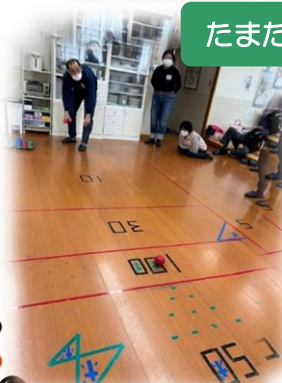
ゲーム名の通り、チームキャラクターのペットボトルを倒すとボーナス点が加算されます。



チームキャラペット倒してボーナスゲットだぜゲーム



たまたまころりんゲーム



「ボ」に入るとボーナス点がプラスになります。

どこにピンを置くかチームで相談！
チームワークを発揮するゲームです。

チームで分け合う景品です。



司会や閉会の挨拶をしてくださった
お二人さん いつもありがとうございます。
この度も、とても助かりました！！



3月のHandi Craftは 「ビーズでプレスレット」前編



かわいい春色のビーズで、プレスレット作りに挑戦しました。

残念ながら今回はここまで、
4月のHandi Craftで
続きをします。
完成が楽しみ～



投稿コーナー

「太鼓の達人旅に行って Vol-4」岡山編
僕は今年の1月28日に、半年ぶりに岡山県で太鼓の達人をやりました。今年行ったところは、イオン岡山の中にあるGIGOと高島のマルナカ高屋店にある、ふえすたらんど高屋、フレスポ高屋の2階にあるアミパラ東岡山、北長瀬にあるヤングボウル岡山と合計4ヶ所です。とても楽しかったです。

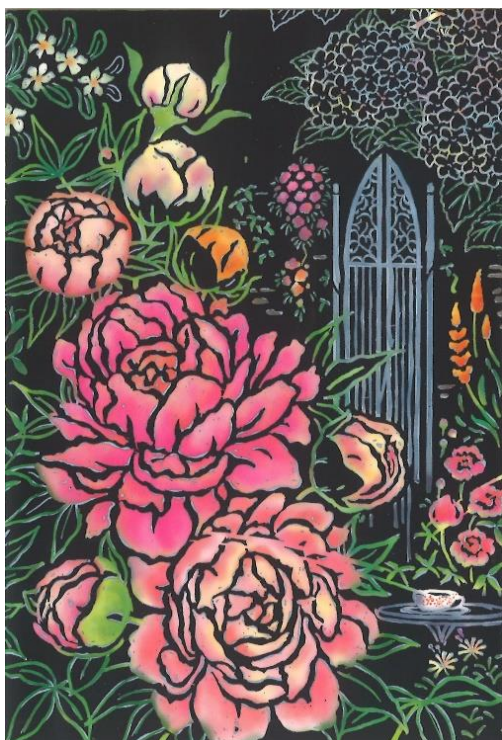
By 今吉一敏

いつも素敵な投稿を
ありがとうございます。



スクラッチアート

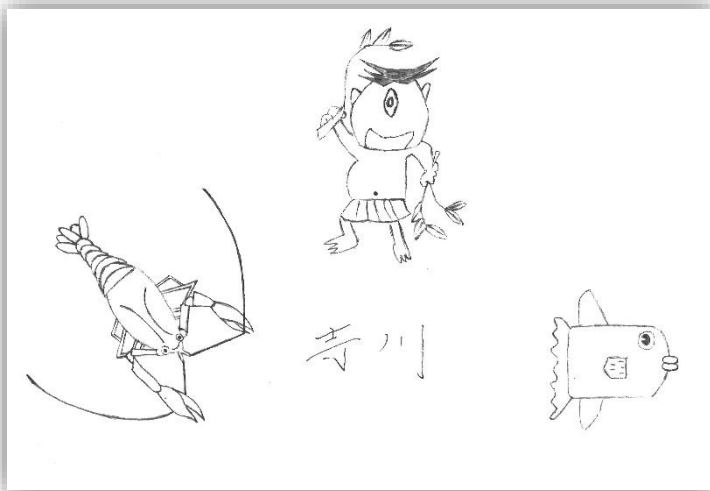
平下美樹



桜の心
散った桜は
四季を巡り華やかに咲くよ
時の流れを感じて
桜の心を知っていますか
きつときつときつと
優しくて認め合うことだよね
思いやりある言葉を大切にしよう

詩：日向裕一／イラスト：J.Y

日向裕一



寺川



木島

ハミガキをしよう

いつだったか、私はハミガキをしないと書きました。しかし、あの世からの歯医者さんに指導を受けたり、訪問看護さんにもハミガキはした方がいいよと言われたコトで、思い切ってハブラシを買い替えました。ところが、磨くくせがついていない私は、なかなかその気になりませんでした。いつも「ああハミガキしてないなー」と思いつつ、実行に移すコトができなかったのです。ところがある朝、ふと「ハミガキしよう」と思い立って磨いてみました。日頃磨いていない歯ぐきは弱りまくって、ブラッシングすると、出血してハブラシが真っ赤になってしまうのです。それでも指導を受けたコトを思い出し、丁寧に磨いてみました。汚れの落ちた歯は舌で触るとツルツルしています。いつもなら1回磨いても後が続きませんでした。ところがその夜も、その次の朝もハミガキをしました。気付くと1週間くらいに成るのでしょうか。今まで磨けなかったのはなぜなんだというくらい、毎朝毎晩ハミガキをするようになったのです。歯ぐきからの出血も少しずつおさまってきました。なぜ急に歯磨きをする気になったのか自分でも分からないのですが、やっぱりハミガキは大事ですね。特にマスクをしなくてもよい時など、歯が汚いとイヤな想いをさせてしまいます。人前に出ても恥ずかしくないよう、これからはきちんと磨いていこうと思っています。



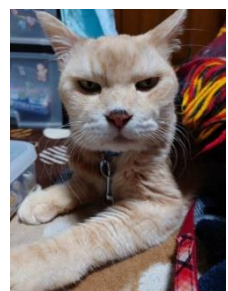
2023年11月28日(火)

藤島 雅

曾祖母が作ったお雛様



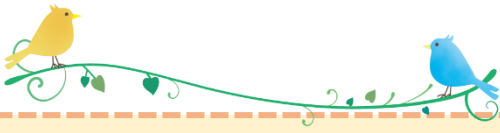
ボケの花



実家にて



撮影者 平下美樹



②⑥ヒーローでは無い

椎ノ木京太

20代の絶頂期に精神の成長を止める（正確には20オジャスト）事によって老化（衰え）がゆるやかに成ると思っている。いわば、精神年齢と云う事で有る。これが両えくぼの秘密なんちゃってね。関係ないけど、私はヒーローではない、ただの伝説碑だ。勘違いをされている人もいるかもしれないから、一応云っとく。得意はないけど格闘は全くの苦手。陰湿（陰険）かもしれないけど、呪い、空気を使った、それだけ。人は空気のない所では生きられないから。ごはんの事で有るが子供の頃、まずい物キライな物を先に食べて、ご褒美に後で好きな物おいしい物をと食べる様に成っていた。それが大きく成るにつれて、先に食べ終わった者がグループの食べ終わりに成り、何度も何度も続き、いつしかご褒美は無くなり、まずい物キライな物を食べ、好きな物おいしい物は残すといった定理に成っている事に気づかされ、これではイケナイと思い、好きな物おいしい物に先に箸を付ける様に成り、今はいつしかそういう定理に成っている。なんのこっちゃで有る。ただ私はヒーローでは無いと云う事が云いたただけで有る。『換気するのに換気せんとはこれいかに』話がグダグダ。伝説碑と一匹は同じだ。ただそこに存在するだけ、ただそれだけ。実質私は何もやっていないのだから。つまり、人間として現実としてで有る。やっているとするば思いだけでやっているとか空想（現実からかけ離れている[実行することが出来ない]事を想像すること）だけだから。それが何だ、何者だ、と成っていく。それが伝説碑で有る、一匹の伝説碑で有る。

2012年H24



親友と、私は、3月が誕生日なので、
蒸し器でお赤飯を炊きました。
難しかったけど、もっちとしておい
しかったです。 今田典子



昔、夕方、京都から新幹線の岡山行きに乗り、持っていた冷えていないビールを飲むと「人生バラ色」になった。そして岡山から三原まで帰り、呉線で安芸津まで帰った。「酒は百薬の長」と看護師が言っていたが……ここまで休刊日をもうけなければいけないが、平成4年の入院中「ミラクル」が有ったが生きて安芸津へ帰った。「ミラクル」で薬が大幅に変わり、幻聴、うつ、嘔吐、頻尿が治った。昔の薬が合わなかったのだろう。話は変わるが、ボクの弟が、あんたの薬は「安定剤」と「銭」だと言った。これも当たっていると思う。毎日時間が経つのが早く感じるようになった。時間が経つのが早く感じるのは、ボクは「しあわせ」なのかもしれない。ペンネーム「たっかん」より



3月2日には雪が降り、3月15日には桜が咲きました。



撮影者 河内正志

就労継続支援 B 型事業所 虹工房 ご紹介



作業風景



4月のおすすめ商品 おしゃれフローチ



利用者さんのアイデアで出来た手作り商品です。
洋服や鞆にワンポイント付けるだけで気分も上がること間違いなし♪
どれも1点ものになります。
気になる商品がありましたら、お気軽にお問い合わせください。

【お問い合わせ】
〒725-0012
竹原市下野町 2402-1
就労継続支援 B 型事業所 虹工房
☎0846-22-2227
担当：桐山

グループホームあゆみ・翼 ご紹介

障がい者グループホーム（外部サービス利用型共同生活援助）

地域社会の中にある住宅で数名の方がサービス管理責任者・世話人の相談等の日常生活の援助を受けながら共同生活をする場です。みんなで声をかけ合いながら穏やかに生活をしています。



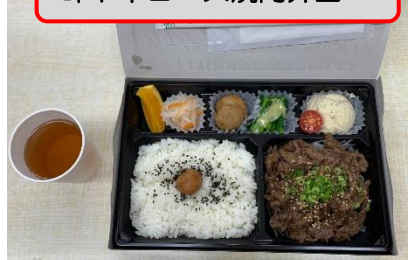
春の花を植えました。



地域の方からいただいたミモザにも癒されます。



峠下牛ローズ焼肉弁当



3月の豪華なお弁当

ボリューム満点



峠下牛ハンバーグ弁当



グループホームあゆみ 定員 14 名
(ベッド、クローゼット、洗面付き)
部屋代：33,000 円/1 ヶ月

グループホーム翼は
地域生活支援センター365の
2 階にあります。

入居者募集中



グループホーム翼 定員 6 名
部屋代：31,000 円/1 ヶ月

(家賃控除があります)

共益費：13,000 円/1 ヶ月

敷金：部屋代の 2 ヶ月分

電気料金：各居室メーターによります。

食事：実費が必要です。

共有部分：食堂・浴室・洗面所・トイレ
洗濯機・乾燥機・公衆電話

あゆみ・翼
共通の情報

【お問い合わせ】

住所：竹原市下野町 2402-1

電話：0846-23-5388

グループホームあゆみ・翼 担当：中本

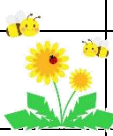
併設には竹原病院、地域生活支援センター365、
就労継続支援B型事業所 虹工房があります。

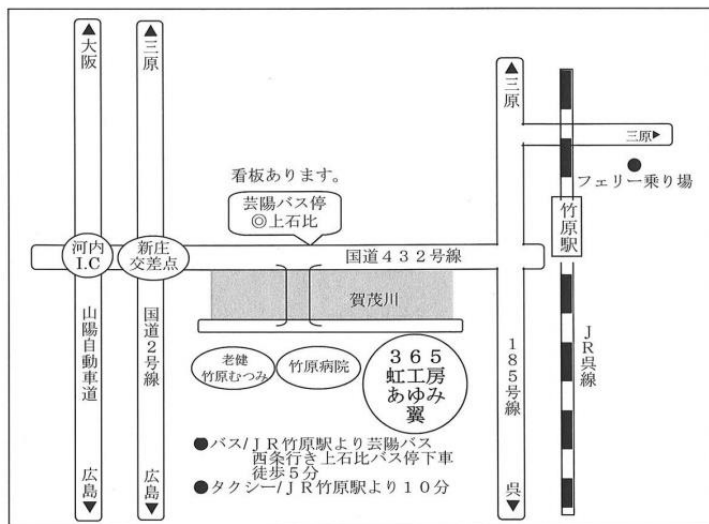
リレーメッセージ バトン②

皆さんこんにちは、竹田さんからリレーメッセージのバトンを受け取りましたグループホームあゆみ・翼の職員、浜本美代子です。3年前の1月から午前中のパートとして勤務しています。その頃からコロナが流行して生活様式も変わりましたが健康であることの大切さが良くわかりました。帰宅後はネット配信の韓国ドラマを見て楽しんでいます。『女性に贈る言葉 365 日』の本の中に「ありがとう」は奇跡の言葉である。口に出せば元気になる。耳に入れば勇気がわく、とありました。心から「ありがとう」が言えるようにしていきたいと思います。

それでは次のバトンは M.H さんです。メッセージをよろしくお願いします。

4 月の活動予定表

月	火	水	木	金	土	日
1 563 の会 時間 15:15～ 参加費：無料 締切日 3/29	2 	3 カラオケ 時間 9:00～17:00 参加費 1 曲:30 円	4 Enjoy Handicraft 「ピースでプレスレット」 (続き) 時間 10:45～11:45 新奇参加：不可	5 テイクアウトの日 「お好み焼き」 11:45～受け渡し可能 (実費) 締切日 4/1	6 閉館	7 閉館
8 	9 	10 カラオケ 時間 9:00～17:00 参加費 1 曲:30 円	11 スペシャルコーヒー 時間 12:00～13:00 1 杯 100 円	12	13 閉館	14 閉館
15 頭の体操 時間 15:15～15:45 参加費：無料	16 映画を観よう 「長靴をはいた猫」 時間 13:00～15:00 参加費：無料	17 カラオケ 時間 9:00～17:00 参加費 1 曲:30 円	18 	19 簡単体操でリフレッシュ 時間 10:45～11:45 参加費：無料	20 閉館	21 閉館
22	23 話そう会 時間 10:45～11:45 参加費：無料	24 カラオケ 時間 9:00～17:00 参加費 1 曲:30 円	25 朗読の会 時間 10:45～11:45 参加費：無料	26 NEWS 発送準備 時間 15:15～ 参加費：無料	27 閉館	28 閉館
29 閉館	30					



365 では引き続き
マスクの着用をお願いしています。

発行日 2024 年 3 月 25 日



地域生活支援センター365

住所：竹原市下野町 2402-1

電話：0846-22-7655

FAX：0846-22-7656

E-mail：sien365@keisenkai.info

blog：https://sien365.seesaa.net/?from_sp

Facebook やブログも見てくださいね☆



編集後記

春の日差しも心地良い季節となり、今号も春を感じる内容が多かったように思います。今年度もステキな投稿や、365・虹工房・グループホームあゆみ・翼の様子等を分かりやすく、楽しんで読んで頂きたいと思っています。これからもよろしくお願いいたします。

スタッフ一同

※563 の会 NEWS に掲載している個人名や写真は本人の了解を得て、掲載しています。