

シヨコラ

3月号

社会福祉法人 ヨハネ会 2018.3.1 発行
地域活動支援センター ヨハネ
TEL : 078(737)6936 FAX : 078(735)2078
地域活動支援センター 長田
TEL : 078(642)7191 FAX : 078(642)7291

平昌オリンピック、選手の方々のすばらしい活躍に元気をもらえた方も多いのではないのでしょうか。

私もすごく元気をもらえました。カーリングをここまでしっかりみたのも初めてだと思います。

2020年には東京オリンピックが開催されます。時が経つのは本当に早いものです。気がつくと、日も少しずつ長くなり、暖かくなってきましたね。春の訪れはもうすぐです。

地域活動支援センター ヨハネ センター長 森沢 裕行

女の子の健やかな成長と幸せを願う ひな祭り

3月!! 3月と言えば、ひな祭りですね☆
今回は、ひな祭りについてお話ししたいと思います♪

ひな祭りと言えば、雛人形を飾り、ちらし寿司やハマグリのお吸い物を食べて女の子の健やかな成長を願う伝統行事です。

しかし、元々のひな祭りは今とは違う形で行われていたのをご存知でしょうか。

ひな祭りの起源は、季節の節目や変わり目に災難や厄から身を守り、よりよい幕開けができるように行われています。

また元々のひな祭りは、ひな人形を飾るのではなく、川に流されていたと初めて聞いた方も多いのではないのでしょうか。日本には数多くの伝統がありますが、本当の意味を知らないまま伝わっていることも多いです。今回は、ひな祭りにまつわる2つの由来についてお話しします。



一つ目の話は「上巳の節句」についてです。これは3月上旬の巳の日に、草や藁で作った人形でそれを川に流すことで厄払いを行う風習がありました。

2つ目は、貴族階級の女の子の間では紙の人形を作った遊びが流行っていました。これを「ひいな遊び」と言うのですが、このひいな遊びと川に流す人形が結びつき、「流し雛」が誕生しました。さらに江戸時代になると、人形づくりの技術が発展したことで川に流すのではなく、家で飾るように変化していきました。これがひな祭りの由来となっています。今では女の子の健やかな成長と幸せを願うひな祭りになっています。みなさんも今年のひな祭りは意識して過ごされてはいかがでしょうか。



合同レク

◎合同施設見学

就労継続支援B型を見学します♪

日 時：3月9日（金） 14時～

場 所：ドリーム10

参加費：無料



◎ヨハネクエスト

日 時：3月17日（土） 13時30分～

場 所：ヨハネ

参加費：無料

3月も盛りだくさん!! みんなで盛り上がりましょう!!



長田からのお知らせ

* 2月のレクリエーション*

(参加メンバーからのひとこと)



◎10日(土) 市民フォーラム

何か自分にも出来る事はないかと思い
参加しました。

映画を観て、子どもの頃を思い出しました。



◎17日(土) 南京町春節祭

人が多くて、楽しかったです。

目的の物は食べられなかったけど、
大学芋が美味しかったです。

《3月のレクリエーション》



◎10日(土) リアル間違い探し

センター1階を利用してリアル間違い探しを
行ないます。普段利用しているセンターのどこが
変わったか自分の観察力を試してみませんか？

◎17日(土) ヨハネ♠クエスト

ヨハネの敷地を利用し、ウォークラリーを行ないます!!

2人一組になり、各場所までのヒントを解きましょう!!

ステキな景品がもらえるかも!?

是非ご参加下さいね♪



地域活動支援センター長田 3月予定表

開所時間 10:00 ~ 17:00

日	月	火	水	木	金	土
				1 書道教室	2 人生ゲーム大会	3 お昼作り 16:30閉所
4 休み	5 勉強会	6 音楽教室	7 休み	8 パソコン教室	9 合同就B見学会	10 リアル間違い探し 17:00閉所
11 休み	12 コラージュ作り 9:30閉所 13:30閉所	13 おかし白書	14 休み	15 ドンキ・ホーテ 西神戸店	16 避難訓練	17 ヨハネ♠クエスト 16:30閉所
18 休み	19 のびのびゴム体操	20 お菓子作り	21 春分の日	22 ハンドベル教室	23 大人の塗り絵	24 職員研修
25 休み	26 春のチャーハン祭り	27 カラオケ	28 休み	29 輪投げ大会	30 年度末プチ掃除	31 お茶会

1 (木) 書道教室	※切 時間	参加費
ボランティアの先生に教えて頂きながら、お手本を見て「書」に向き合ひましょう。	当日参加OK 13:30 ~	無料
2 (金) 人生ゲーム大会	当日参加OK 13:30 ~	無料
最新版の人生ゲームを行ないます!!今回は新たに新エリアを付けて行いましょう! お茶券が当たるチャンスがあります♪	前日12:00まで 10:00 ~	400円
3 (土) お昼作り「ちらし寿司」	10:00開所 16:30閉所	
3月と言えばひな祭り!ひな祭りと言えば「ちらし寿司」と言う事でちらし寿司を作ります!! ※締切後のキャンセルは、キャンセル料が発生します。		
5 (月) 勉強会「睡眠とうつ病」	先着5名まで 13:00出発	無料
「睡眠とうつ病」についての講演会を聞きに行きましょう。場所は、須磨区役所です。		
6 (火) 音楽教室	当日参加OK 13:30 ~	無料
ギターを中心に音楽に親しむ楽しいプログラムとなっています♪ ボランティアの先生より、歌を上手に唄うコツも優しくアドバイスして頂きます。ギターや歌が上手になりたい方は、是非ご参加ください!!		
8 (木) パソコン教室	先着4名まで 13:30 ~	無料
ボランティアの先生が、マンツーマンでパソコンの操作などを丁寧に教えて下さいます。 13:30~15:30まで。各30分となっております。		
9 (金) 合同就B見学会	当日参加OK 14:00 ~	無料
「就Bってよく聞けど、どんなところ?どんな作業してるの?」と疑問をお持ちの皆さん。 一度、見学してみませんか?今回は、須磨区にある「ドリーム10」さんを見学させていただきます。		
10 (土) リアル間違い探し	10:00開所 17:00閉所	
いつも過ごしているセンターが少し変わる!?どれだけ違いに気付けるか試してみましょう!!	当日参加OK 13:30 ~	無料
12 (月) コラージュ作り	9:30開所 13:30閉所	
チラシや新聞の絵や写真を切って、紙に自由に貼り合わせて自分だけのコラージュ作品を作ってみませんか?	当日参加OK 10:30 ~	無料
13 (火) おかし白書	当日参加OK 13:30 ~	100円
子どもの頃好きだったお菓子や今もずっと好きなお菓子について、皆に紹介しましょう!! 13:30から、紹介するお菓子をお菓子店屋へ買いに行きます!!		
15 (木) ドンキ・ホーテ西神戸店	先着6名まで 12:45出発	無料
ドンキ・ホーテ西神戸店に行きましょう!! ゲームセンターやパチンコセンターがあります!!		
16 (金) 避難訓練	当日参加OK 13:30 ~	無料
避難訓練を行ないます。その後はDVD を見て災害時の備えについて考えたいと思います。 ぜひ、ご参加ください!!		
17 (土) ヨハネ♠クエスト	10:00開所 16:30閉所	
ヨハネの敷地を利用したウォークラリーを行ないます。地図に記されたポイントを巡り、ヒントを解いてキーワードを集めよう!!ステキな景色がもえるかも!?	当日参加OK 13:15出発	無料
19 (月) のびのびゴム体操	当日参加OK 13:30 ~	無料
ゴムチューブを使って、ストレッチや簡単なトレーニングを行ないます。 新年度スタートに心と身体をリフレッシュさせましょう!!		
20 (火) お菓子作り「さくらもち」	当日11:00まで 13:30 ~	200円
今回は、和菓子に挑戦します!! みんなでおいしい「さくらもち」を作りましょう!!		
22 (木) ハンドベル教室	当日参加OK 13:00出発	200円
いつもお世話になっている平野先生が教えてくださいます。初めての方も大歓迎です☆ 場所は、松野住宅集会所です。←ご注意を!		
23 (金) 大人の塗り絵	当日参加OK 13:30 ~	無料
いつもより少しオシャレな塗り絵に挑戦!! 大人でも、楽しめる少し難しめの塗り絵です!!		
26 (月) 春のチャーハン祭り	前日12:00まで 12:00 ~	200円
やってきました!!春のチャーハン祭り♪皆でバラバラチャーハンを作って食べましょう! ※締切後のキャンセルは、キャンセル料が発生します。		
27 (火) カラオケ	先着10名まで 13:00出発	500円
自分の好きな歌をおもいきり歌って、ストレス発散しましょう♪3時間歌い放題です!!		
29 (木) 輪投げ大会	当日参加OK 13:30 ~	無料
輪投げで大いに盛り上がりましょう!!高得点を狙うか、確実に点を取りに行くかはあなた次第! お茶券が当たるチャンスがあります。		
30 (金) 年度末プチ掃除	当日参加OK 13:30 ~	無料
年度末です!!新年度に向けて、いつも利用しているセンターをきれいにしましょう♪		
31 (土) お茶会	当日13:00まで 13:30 ~	100円
4月の予定の確認や今後の予定を、みんなで考える時間です。ぜひご参加ください。 当日13:00で閉め切ります。ご注意ください。		



ヨハネからのお知らせ



＜レクリエーション活動の報告＞

2月2日 フライングディスク大会

この日はフライングディスク大会がありました！今回は、参加者2名のメンバーさんの応援に神戸市立中央体育館まで行きました☆なんとヨハネからは、決勝戦まで進んだメンバーさんもいらっしゃいました☆会場に着くまでは寒かったけど、とても熱い大会になりましたね！！また来年度の大会に向けて練習レクも入れていくので、大会を目指す方や参加されない方もみんなで一緒に頑張りましょう♪



2月16日 感染症について

スタッフより感染症についてのレクを行いました♪感染症の予防・手洗いうがいの仕方などをみんなで一緒に確認しました！！ここでは参加されていない皆さんにうがいの仕方についてご紹介します☆基本的にうがいは3回行います。1回目のうがいでは、食べかすや菌をまず取る為に、口内をゆすぎます。2回目のうがいでは、上を向いて喉の奥までうがいをします。3回目のうがいでは、2回目と同様のうがいをします。感染を防ぐ基本としてうがいしましょう♪



＜3月のレクリエーション＞

3月9日 合同施設見学

今回は長田・ヨハネで合同施設見学レクを行います！施設は、就労継続支援B型を見学します☆就労継続支援B型とは「雇用契約を結ばず工賃を貰いながら就労に必要な知識や能力を向上する為に必要な訓練を行う事業」です！今回は、須磨区にある「ドリーム10」さんを見学します。少しでも興味がある人はぜひ参加しましょう☆



3月31日 燻製



お茶会で希望者が多かった燻製レクを行います♪鶏肉・ハム・チーズなど燻製できたらいいですね。他にも燻製したいものがあればどしどしスタッフまでお申し付け下さい！！
年度最終日に燻製した美味しいものをいっぱい食べて楽しい思い出を作しましょう☆

地域活動支援センターヨハネ 3月の予定表

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
					お茶会	ボーリング
4	5	6	7	8	9	10
	お菓子作り	クロスロード	音楽活動		合同就B見学会	カラオケ
11	12	13	14	15	16	17
	巨大ジェンガ 13:30閉所	パターゴルフ	料理の日 13:30閉所		職員研修の為 閉所	ヨハネクエスト
18	19	20	21	22	23	24
	裁縫	習字			外出	ダーツ
25	26	27	28	29	30	31
	フライングディスク	オセロ	卓球		ゲートボール	燻製
2日 お茶会 3月の予定確認、翌月のレクリエーションなどを話し合います。お菓子を食べない方もお話しに是非参加してください！					〆 切 時 間 参加費	当日OK 13時30分 お菓子代100円
5日 お菓子作り 今回はホワイトデいにちなんでマシュマロを使ったお菓子作りをしたいと思います ♪					〆 切 開始時間 参加費	3月2日 13時30分 200円
6日 クロスロード 日々の生活で何かを選択しないといけない場面で大変困ったことはありませんか？2つある選択肢を選んでポイントを得ていくゲーム方式となっています。ポイントを多く獲得した方には〇〇をプレゼントしたいと思います！参加お待ちしております！！					申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 無料
7日 音楽活動 懐かしい曲や季節の曲をみんなで歌います ♪ボランティアの先生が来て下さり、歌詞カードもついているので楽しく参加して頂けます。					申込〆切 時 間 参加費	当日OK 13時30分 無料
9日 合同施設見学 今回は長田と合同で就労継続支援B型の見学をします。須磨区にある「ドリーム10」さんを見学します。					申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 無料
14日 料理の日 毎回美味しい料理の日！！今回は、煮込みハンバーグ・パスタサラダ・汁物を作ります ♪みんなで一緒に食べましょう～					申込〆切 開始時間 参加費	3月12日 11時00分 400円
17日 ヨハネ♠クエスト ヨハネの敷地を利用したウォークラリーを行います。地図に記されたポイントを巡り、ヒントを解いてキーワードを集めよう！！素敵な景品がもらえるかも！？					申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 無料
23日 外出 今回は、三木にある「NISHIKI」というバイキングに行きます！みんなでお腹いっぱい食べましょう～！車で行きます！					申込〆切 開始時間 参加費	3月19日 10時30分 1500円
24日 ダーツ ど真ん中に狙いを定めて優勝を目指しましょう ♪					申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 無料
28日 卓球 ヨハネで卓球をしましょう ♪ドリンク券をかけてトーナメント戦で行います ♪					申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 無料
30日 ゲートボール 暖かくなってきたのでみんなでゲートボールをして体を動かしましょう☆					申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 無料
31日 燻製 今年度の締めレクは燻製です！！最後まで美味しいものを食べながら笑って過ごしましょう～ ♪					申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 400円
12日巨大ジェンガは、11:30から行います。						

※天候によって、外でのプログラムが中止、変更となる場合があります。あしからずご了承ください。