

シヨコラ

6月号

社会福祉法人 ヨハネ会 2023.6.1 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



6月に入り、梅雨のシーズンが始まりました。

梅雨の時期は雨も多くなり、せっかく予定した外出が中止になったり、億劫になるなど天候に気持ちが左右されることが多くなると思います。私は趣味でサイクリングをするのですが、遠方に行くために朝 4 時に起きて雨が降っていたら、本当にガッカリします。朝の 4 時で「今日は終わったな」と思った事もありました。でも最近は、外出できないからこそできる事をやろうと思い、実践しています。漫画を一気読みしたり、衣替えをするなど様々ですが、「いつかやろう」と思っていたことを実行する良いきっかけになっています。視点を変えるという事の大切さを感じます。

雨が続くかもしれませんが、視点を変えながら、毎日を楽しく過ごしていきたいでしょう。

センター長 和田 耕一



合同レクのご案内

★ 6月10日(土) アウトドアランチ★

- ◎ 時 間：12：00 開始 地活長田 11：30 出発 (送迎あります！)
- ◎ 参加費：700 円
- ◎ ✕ 切：6月6日(火)
- ◎ 場 所：地活活動支援センターヨハネ前 グラウンド

地活ヨハネ・長田合同で、地活ヨハネ前のグラウンドにてアウトドアランチを開催します。
カレーや焼きそば、フランクフルトを用意してお待ちしております
参加されない方は、地活長田は勝手ながら 11 時 30 分で閉所とさせていただきます。

☆新型コロナウイルスの「5 類感染症」移行に伴うお知らせ☆

- ① 入口での検温及び消毒は継続いたします。 《令和5年5月8日～》
- ② 飲食は長田は1階、ヨハネは2階のどの席でも摂ることが可能です。
- ③ パーテーションは撤去いたします。

ご協力の程、よろしくお願い致します。

※マスク着用は個人の判断となります。

長田からのお知らせ

4~5月のレクリエーション便り

◎4月20日 ドライブ（神戸空港）

（参加メンバーの感想）

- ・7年ぶりに神戸空港へ行けました。とっても楽しいレクでした。飛行機、カッコイイです。（クララ）
- ・晴天でスカイレーンと飛行機の色がとってもきれいでした。ブロッコリーのオブジェもあり楽しかった。

◎4月25日 シブリ展

（参加メンバーの感想）

- ・懐かしいトトロなどの作品が見れて楽しかったです。（クララ）
- ・トトロ⇒ドンブリ食べたいです。（オカケン）
- ・シブリ展、見てきました。雨降りでしたが楽しかったです。（オカン）



◎5月17日 ハイキング

新緑が眩しい季節となり、森林浴をかねて高取山に出かけました。途中、疲れた利用者さんもありましたが、汗をかきかき、無事に登山ができました😊。（職員がいちばん疲れていました💦）

《6~7月のレクリエーション》

☆20日 合同レク 栄養相談会

地活ヨハネと合同で、ヨハネ寮の栄養士さんに来ていただいて食事と健康についてのお話をして頂きます。実際に身長と体重を測って、BMIを計算してみましょう！

☆22日 プラネタリウム（先着5名まで 12:20長田出発）

神戸市立青少年科学館のプラネタリウムを見に行きましょう♪
手帳を忘れずに持ってきてくださいね。

☆24日 ハンドメイド

今月のハンドメイドは七夕飾りです。色とりどりのお花紙を使って七夕飾りを作りましょう(^_^)

☆7月1日（土） すまみらいキャッチボール会

10:00~青陽須磨支援学校グラウンド （送迎あります）

*詳しくは7月号でお知らせします。



地域活動支援センター長田 6月予定表

開所時間 10:00 ~ 17:00
(土曜日は10:00 ~ 16:30)

日	月	火	水	木	金	土
				1 ハンドベル教室	2 ストレッチ体操	3 輪投げ大会
4	5 ちぎり絵 13:30閉所	6 書道教室	7	8 こころを一つに ゲーム	9 クラフト (折り紙)	10 アウトドアランチ
11	12 私は誰でしょう	13 アロマハンド トリートメント	14	15 プラネタリウム	16 カードゲーム	17 スイーツレク
18	19 塗り絵 13:30閉所	20 栄養相談 (合同)	21	22 就労移行見学 (プロローグ)	23 絵画 (デッサン)	24 ハンドメイド
25	26 カフェに行こう	27 サイコロトーク	28	29 ジェンガ大会	30 お茶会	7月1日 すまみらい キャッチボール会

1日 ハンドベル教室	※切 時間	参加費
いつもお世話になっているボランティアの先生が教えてください。初めての方も大歓迎です！	当日参加OK 13:30 ~	無料
2日 ストレッチ体操 体を動かす機会が少なくなっていますか？ストレッチで体を伸ばし、日頃の疲れをスッキリさせましょう！	当日参加OK 13:30 ~	無料
3日 輪投げ大会 今月は輪投げ大会です!! 狙いを定めて輪っかを投げましょう(^^) お茶券を獲得できるチャンス到来！	当日参加OK 13:30 ~	無料
5日 ちぎり絵 大きなちぎり絵を作ります。新作品のテーマは「希望の光」です。皆さんの神戸ルミナリエの思い出を話しながら少しずつ取り組めたらと考えています。	当日参加OK 11:00 ~	無料
6日 書道教室 7月15日の書道展に出品してみませんか？幼児から大人まで気軽に参加できます。 出品料は無料ですが、各自でうちわを用意して下さい。ダイソーなど百貨ショップにありますよ。	当日参加OK 13:30 ~	出品希望者は各自で うちわを用意して下さい
8日 「こころを一つに」ゲーム お題に対してみんなと同じ答えを出して、高得点を目指そう♪	当日参加OK 13:30 ~	無料
9日 クラフト (折り紙) 折り紙で朝顔を折って、室内装飾品を作ってみましょう♪	当日参加OK 13:30 ~	無料
10日 アウトドアランチ 地活ヨハネ前のグラウンドで軽食を食べましょう♪11時30分に地活長田出発し12時から食べ始めます！15時30分に地活長田まで送迎します。参加されない方は地活長田は開所とさせていただきます。	6/6締切 11:30長田出発	700円
12日 私は誰でしょう 自分は誰なのか？「はい」「いいえ」「どちらでもない」の3種類しか答えてもらえない質問を重ねていきながら当てていくゲームです。ぜひ、ご参加ください!!	当日参加OK 13:30 ~	無料
13日 アロマハンドトリートメント 初夏へと移りゆくひと時をアロマテラピーでほっこりしませんか？ アロマの香りで癒されながらリラクゼーションしましょう♪ ボランティアさんの施術にご期待ください!!	当日参加OK 13:30 ~	無料
15日 プラネタリウム 梅雨時で夜空の星が見えなくても、プラネタリウムなら満天の星空を堪能できますよ♪	先着5名まで 12:20長田出発	手帳を持参 して下さい
16日 カードゲーム ババ抜き・ジジ抜き・UNOなど、いろいろなゲームをしましょう♪	当日参加OK 13:30 ~	無料
17日 スイーツレク だんだんと蒸し暑くなってきました。今回は、ひんやりスイーツを楽しみましょう(^^)	15日締切 13:30 ~	200円
19日 塗り絵 絵が苦手な方でも塗り絵だったら大丈夫です！ みんなで楽しみましょう♪	当日参加OK 11:00 ~	無料
20日 栄養相談 (合同) ヨハネ寮の栄養士の方に食事と健康について話して頂きます。実際に身長と体重を測って、BMIを自分で計算してみよう。標準値や肥満度もわかりますよ！	当日参加OK 13:30 ~	無料
22日 就労移行見学 (プロローグ) 作業所に興味がある方も無い方も「百聞は一見に如かず」で、思わぬ発見もあったりします。今回は、喫茶のコーヒー豆でお世話になっているプロローグに行きます。板宿にあるので是非、ご参加ください。	当日参加OK 13:30 ~	無料
23日 絵画 (デッサン) 絵を描いてみたいというご要望もあり、今回はYoutube動画を見てからデッサンをする予定です。	当日参加OK 13:30 ~	無料
24日 ハンドメイド 今回は、色とりどりのお花紙で、7月の風物詩の七夕飾りを作しましょう♪	当日参加OK 13:30 ~	無料
26日 カフェに行こう 板宿界隈を散策してお気に入りのカフェを探してみませんか？	当日参加OK 13:30 ~	実費
27日 サイコロトーク サイコロの出た目のお題のお話をするサイコロトーク！「話し下手」そういった方も挑戦してみませんか？話すことはしんどいけど聞いてみたい方も大歓迎ですよ♪	当日参加OK 13:30 ~	無料
29日 ジェンガ大会 ハラハラドキドキ、大変盛り上がるバランスゲームです！あなたの實力、見せてください！「不器用なんです」と思われる方こそ、大歓迎ですよ！ お茶券獲得のチャンス到来!!	当日参加OK 13:30 ~	無料
30日 お茶会 7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。やってみたいアイディアを出してくださいね♪ 新企画、募集中!!	当日参加OK 13:30 ~	無料

※状況により、レク活動は変更及び中止になる可能性があります。ご了承ください。



ヨハネからのお知らせ



レクリエーション活動の報告

5月6日（土） 合同フライングディスク大会

地域活動支援センター長田と合同で行いました。たくさんの参加者に来ていただき大盛り上がりでした。センターヨハネの周辺は緑がとてもきれいな時期で、外レクにはもってこいの場所です。今後も参加お待ちしております。

5月17日（水） 料理の日



チキンカツ定食を作りました！
大きなカツが何枚も入った
とても食べ応えのあるお昼ご飯となり、
皆さん大満足でした。
何を作るかはお茶会でリクエストを
お聞きし、その中から選んでますので
ぜひ皆さんのお声をお聞かせください。

<6月のレクリエーション>

10日（土） アウトドアランチ

地域活動支援センター長田と合同で屋外食事会を行います！
カレーや焼きそば、フランクフルトを用意してお待ちしております

時間：12：00から

場所：センター前広場

申込〆切：6月6日まで

雨天の場合、センター二階での食事会レクに変更となります。

当日は喫茶と軽食はお休みします。ご了承下さい。

27日（火） バッティングセンター

須磨区多井畑にある須磨バッティング
センターに行きます。1ゲーム300円
になります。



地域活動支援センターヨハネ 6月の予定表

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
					お茶会	ゲートボール
4	5	6	7	8	9	10
	巨大ジェンガ 13時30分閉所	ダーツ	パターゴルフ		園芸	アウトドアランチ
11	12	13	14	15	16	17
	習字 13時30分閉所	ジブリ展	料理の日		フライングディスク	カラオケ
18	19	20	21	22	23	24
	ちぎり絵	栄養相談	卓球		みんなでググろう	オセロ
25	26	27	28	29	30	1
	絵画	バッティングセンター	ストレッチ会		ボウリング	すまみらい キャッチボール会
2日	お茶会				申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 お菓子代100円
6月の予定確認、7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話し合いに参加できます！						
5日	巨大ジェンガ				申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 11時30分 無料
牛乳パック2個を合わせて作ったブロックを積み上げた巨大ジェンガをします。						
9日	園芸				申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 無料
畑のお手入れをします。ジャガイモなど収穫できるかもしれません。						
10日	アウトドアランチ				申込〆切 開始時間 参加費	6日まで 12時00分 700円
地活長田との合同レクです。センター前の広場で料理を作って、皆さんで食べましょう♪						
13日	ジブリ展				先着で5名まで 13:15出発(車で行きます) 障害者手帳を持参してください	
神戸市立博物館で開催されている、「ジブリパークとジブリ展」を観に行きます。						
14日	料理の日				申込〆切 開始時間 参加費	12日 11時00分 400円
鶏肉の肉じゃがを作ります。沢山の参加お待ちしております。						
17日	カラオケ				申込〆切 時 間 参加費	当日OK 13時30分 無料
5月からセンター1階でマスクなしで歌ってもらっています♪皆さんで楽しみましょう。						
19日	ちぎり絵				申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 無料
北斎の「凱風快晴」(がいふうかいせい)に取り組んでいます。素敵な作品に仕上げたいですね。						
20日	栄養相談				申込〆切 出発時間 参加費	当日OK 13時15分 無料
地活長田との合同レクです。地活長田に行き、栄養士さんのお話を聞きましょう。						
21日	卓球				申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 無料
卓球をして身体を動かしましょう☆ 場所はヨハネ寮多目的室をお借りして行います。						
26日	絵画				申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 無料
テーマは決めないので、みなさんが好きな絵を描きましょう！						
27日	バッティングセンター				申込〆切 出発時間 参加費	当日OK(5名まで) 13時30分 無料
須磨バッティングセンターに行きます。ゲーム代300円を用意して下さい。見学だけでも良いかもしれません。						
28日	ストレッチ会				申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 無料
イスに座ったまま簡単ストレッチや筋トレ、タオル体操を行ないます。						
30日	ボウリング				申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 無料
お水を少し入れたペットボトルをピンにして行います。						
5日巨大ジェンガ、12日習字はセンター1階で11:30から行います。 3日ゲートボール、7日パターゴルフ、16日フライングディスクはセンター前広場で13:30から行います。 6日ダーツ、30日ボウリングはセンター2階で13:30から行います。 10日アウトドアランチと20日栄養相談の詳細は表紙と ヨハネ・長田のお知らせを参照ください。						

※天候や参加状況によって、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。