

シヨコラ

6月号

社会福祉法人 ヨハネ会 2024.6.1 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、ジメジメする日も多くなってきました。暑さを感じて熱中症対策で水分補給を気にされる人もおられると思います。

そこで気を付けて頂きたいのはペットボトルによる食中毒です。ペットボトルの飲み口から雑菌が入り、長時間置いておくと、そこから食中毒が発生してしまう事もあるそうです。なので時間を掛けて飲む際は、コップに移して飲むことをお勧めします。

体調管理を気にしなければならない季節を迎えました。心掛けていることをみんなで話し合ったりするのも良いかもしれませんね。

今月もよろしくお願い致します。

センター長 和田 耕一



合同レクのご案内

★ 6月4日(火) 合同BBQ ★

- ◎ 時 間 : 11:00 開始 15:30 終了 地活長田 10:30 出発 (送迎あります!)
- ◎ 参加費 : 800 円
- ◎ 〆 切 : 6月1日(土)
- ◎ 場 所 : 地域活動支援センターヨハネ前広場

地活ヨハネ・長田合同で、地活ヨハネ前広場にてバーベキューを開催します。
参加されない方は、地活長田は勝手ながら 10 時 30 分で閉所とさせていただきます。
また BBQ 終了後は両センターとも閉所となりますので、よろしくお願い致します。

《地活ヨハネ・長田 合同プログラム》

☆ 6月17日(月) 知ってる?アサーション権 ☆

就労移行支援事業所ワンモア三宮の講師をお招きして、アサーション権～自分も相手も大切にする
優しいコミュニケーションの道しるべ～と題してお話をさせていただきます。

人との関わりにおいてコミュニケーションは欠かせないものですが、相手との意思疎通を円滑にする
ための方法などを学んでみませんか?またとない機会にぜひご参加ください。必見です!!

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22日 外出レク 《相樂園》

中央区中山手通にある相樂園へ行き、つつじ遊山を楽しみました。明治35年に建てられた旧ハッサム八住宅も見学することができ、異人館のような洋館を思わせる室内の設えや調度品などがすばらしくて見応えがありました。😊

◎5月9日 外食レク 【明石：魚の棚】

皆さんのリクエストにお応えして、明石の魚の棚へ行き、明石焼き（たこ焼き）を食べました。お出汁に付けて食べるアツアツの明石焼きを楽しみました(^_^)



《6月のレクリエーション》



☆1日 須磨離宮公園（先着順で8名まで）13:00 長田出発 手帳必携

春のバラ鑑賞会が開催中です！たくさんのバラが咲きそろい華やかな香りに包まれた優雅なひと時を楽しみましょう(≥▽≤)
手帳を忘れずにもってきてくださいね。

☆18日 書道教室

7月の書道展に向けて出品作品を書いてみませんか？どなたでも参加していただけます。出品料は無料です。題材に関してはボランティアの先生が丁寧に教えてくださいます。希望される方は色紙を各自でご用意ください。詳細はスタッフまでお尋ねください。

☆20日 湯ったりフットケア

好評のレクにつき、6月と7月の2か月の枠で募集させて頂きます。6月に申し込まれた方は7月での申し込みはご遠慮ください。（逆も同様です。）7月は7/18（木）を予定しています。当日、空きがありましたら、2か月連続での参加もご案内出来る事もあるかと思います。できるだけ多くの人に参加して頂きたく、ご協力の程よろしくお願い致します。

☆29日 創作活動 ハンドメイド

樹脂粘土を使って、可愛らしいスイーツをかたどったファンシーグッズを作りましょう(^_^)チェーンを付けると、鞆など身の回りのものにも取り付けられます。

※状況により、プログラムが変更及び中止になる可能性があります。ご了承ください。

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 須磨離宮公園
2	3 脳トレしましょう	4 合同BBQ	5	6 ハンドベル教室	7 enjoy フリータイム	8 スイーツレク
9	10 ぬり絵 13:30閉所	11 お菓子館へ行こう	12	13 サイコロトーク	14 ちぎり絵 13:30閉所	15 お昼作り
16	17 知ってる？ アサーション権	18 書道教室	19	20 湯ったりフットケ ア	21 射の大会	22 勉強会
23/30	24 折り紙教室	25 アロマハンド トリートメント	26	27 YouTubeで 音楽鑑賞	28 お茶会	29 ハンドメイド

1日 須磨離宮公園	※切 時間 先着順で8名まで 13:00 長田出発	参加費 障害者手帳を 持参してくださ
春のバラ鑑賞会が開催中です！ たくさんのバラが咲きそろう、バラの濃厚な香りに包まれたひととき華やかな須磨離宮公園で、優雅なひと時を楽しみましょう(^^) 手帳を忘れずにご持参ください。		
3日 脳トレしましょう 最近忘れっぽくなったな~と思う人、頭の体操をしたいな~という人、ぜひ参加を！ 間違い探しや、記憶クイズで脳を活性化させましょう。	当日参加OK 13:30 ~	無料
4日 合同BBQ 地活ヨハネ前のグラウンドでBBQを楽しみましょう♪ 10時30分に地活長田出発します！ 参加されない方は地活長田は閉所となるのでご了承ください。	6月1日締切 10:30長田出発	800円
6日 ハンドベル教室 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ます。初めての方も大歓迎です！	当日参加OK 13:45 ~	無料
7日 enjoyフリータイム 最近はまっていることや自分の好きなことをして過ごしてもらおうフリーレクです♪ トークだけでもOKですよ！手芸や工作などしたいものを持ってきてください★☆	当日参加OK 13:30 ~	必要な道具を各自 でお持ち下さい
8日 スイーツレク 皆さんのリクエストにお応えして今回は、パフェを作しましょう♪ ※締切り後のキャンセルはキャンセル料が発生します。	6日締切 13:30 ~	200円
10日 ぬり絵 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
11日 お菓子館へ行こう 先月、行けなかった「靴のヒラキ」の中のお菓子館へ今回は行きます！ 買い物やされる方はエコバックをお持ちください。(^^)	先着順で5名まで 13:00長田出発	実費負担 エコバックを持参 してください
13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
14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
15日 お昼作り これから暑くなってくる季節を迎え、夏に向けてスタミナをつけてもらう為に、今回は『豚丼』となりました。 小鉢と汁物も付きます♪ ※締切り後のキャンセルはキャンセル料が発生します。	11日締切 12:00 ~	400円
17日 知ってる？アサーション権 (合同レク 会場：地活ヨハネ) 就労移行支援事業所ワンモア三宮のスタッフの方が来て、アサーション～自分も相手も大切にしたいコミュニケーションの道しるべ～に関するお話をしてくれます。心に響くお話が聴けるこの機会には是非ご参加ください！	当日参加OK 13:10長田出発	無料
18日 書道教室 今月は、7月の書道展に向けて出品作品を書いてみましょう♪ 出品料は無料です。ボランティアの先生が丁寧に教えてくださり、リクエストに応じてお手本も書いて頂けます。お気軽にご参加ください。	当日参加OK 13:30 ~	書道展に出品される 方は色紙を用意して ください。
20日 湯ったりフットケア 7月は7月18日を予定 足浴と元看護師のボランティアさんの施術で全身がほっこりできると大好評です!! 体験されていない方は一度、お試しく下さい(^^) 参加される方は、足ふき用のタオルを忘れないように必ずお持ちください。	6月と7月の枠で 先着順で10名まで 13:30 ~	足ふき用のタオルを 持参してください。
21日 射の大会 皆で作ったオリジナルの輪ゴム鉄砲で射的ゲームを楽しみましょう(^^) お茶券獲得のチャンス到来!!	当日参加OK 13:30 ~	無料
22日 勉強会 毎回楽しみにしている人も多い人気講座です。さて、今回は…？ 皆様の参加をお待ちしています。	当日参加OK 13:30 ~	無料
24日 折り紙教室 毎月、季節の風物詩を折り紙で作っています。今回は何が登場するのでしょうか？ ご期待ください♪ ボランティア講師が丁寧に教えて下さるので、苦手な方も安心して参加できますよ(^^)♪	当日参加OK 13:30 ~	無料
25日 アロマハンドトリートメント 初夏へと移りゆくひとときをアロマセ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
27日 Youtubeで音楽鑑賞 自分のお気に入りや、みんなのおススメの曲の動画を見ながら聞いてみませんか？ 思いがけない名曲との出会いがあるかもしれません(^^)♪	当日参加OK 13:30 ~	無料
28日 お茶会 7月の予定の確認や、今後の予定を皆で考える時間です。やってみたいアイデ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
29日 ハンドメイド 今回は樹脂粘土を使って、可愛いスイーツをかたどったファンシーグッズを作しましょう♪ チェーンを付けるとカバンにも取り付けられますよ。試作品がセンターにあるので是非ご覧ください。	27日締切 13:30 ~	350円

※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8日(水) 園芸

畑のお手入れとそら豆の収穫をし、調理をしていただきました(^o^)/
実も大きく、美味しかったというご意見をいただきました！



5月15日(水) 料理の日

中華丼と豆腐とわかめのスープ、切り干し大根のサラダを
作りました。

中華丼にはヨハネ畑で採れた玉ねぎとグリーンピースを使いました。
お腹もいっぱいになり、おいしかったです!!

<6月のレクリエーション>

6月17日(月)

就労移行支援事業所「ワンスモア三宮」のスタッフの方が来て、話をしてくれます。
アサーション権についてみんなで勉強しましょう！

時間：13時30から 場所：地活ヨハネ2階 費用：無料 〆切：当日参加OK

6月21日(金) 外出



シャトレーゼ須磨離宮公園前店でケーキを買って地活ヨハネで食べましょう！
洋菓子や和菓子などいろいろ売っているので迷ってしまいそうですね♪

時間：13時30分地活ヨハネ出発 費用：実費 〆切：先着4名

6月24日(月) 裁縫

作りかけの作品はありませんか？センターに未完成の作品がいくつかあります。
この機会に完成させませんか？



6月26日(水) お菓子作り

ドーナツを作ります！トッピングなどは参加人数によりますので、ご参加をお待ちしています!!

時間：13時30分～ 費用：250円 〆切：6月24日

6月10日(金)は12:30開所となっております。ご協力の程、お願いいたします。

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
						お茶会
2	3	4	5	6	7	8
	サイコロトーク	合同BBQ 15:30閉所	パターゴルフ		12:30から開所 絵画	カラオケ
9	10	11	12	13	14	15
	巨大ジェンガ 13:30閉所	ダーツ	料理の日		映画鑑賞	ゲートボール
16	17	18	19	20	21	22
	知ってる？ アサーション権	輪投げ	園芸		外出	習字
23	24	25	26	27	28	29
	裁縫	フライング ディスク	お菓子作り		ボウリング	グループ ミーティング
30						
1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月の予定確認と7月のレクリエーションについて話し合います！お菓子を食べない方も参加できるので気軽に参加してくださいね!!						
3日 サイコロトーク					申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 無料
参加者で6つのお題を決めます。話す内容がない時や話したくない時はパスもできるので、みなさんのご参加をお待ちしてます(^o^)/						
4日 合同BBQ					申込〆切 開始時間 参加費	1日 11時00分 800円
リクエストの多かったBBQです！詳しくは表紙をご覧ください。 ※〆切後のキャンセルはキャンセル代がかかりますのでご注意ください。						
7日 絵画					申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 無料
テーマは決めずに好きな絵を描いてもらいます♪1時間ぐらいで描き終えて皆さんの作品への思いを聞かせて下さい！						
8日 カラオケ					申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 無料
センター1階で行います。歌うのが苦手でも聞いただけでもいいので気軽に参加してください♪♪						
10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
牛乳パックとペットボトルで作った巨大ジェンガです。						
12日 料理の日					申込〆切 時 間 参加費	10日 11時30分 400円
ミートソースパスタを作ります♪ ※〆切後のキャンセルはキャンセル代がかかりますのでご注意ください。						
14日 映画鑑賞					申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 無料
レンタルの貸し出し状況により、「金の国水の国」か「竜とそばかすの姫」のどちらかを上映します。						
17日 知ってる？アサーション権					申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 無料
就労移行支援事業所「ワンモア三宮」のスタッフの方が来て、話をしてくれます。 「知ってる？アサーション権～自分も相手も大切にする優しいコミュニケーションの道しるべ～」						
19日 園芸					申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 無料
暖かくなってきて雑草の成長もすごいのでみんなで畑のお手入れをしたいと思います。 タオルや帽子など暑さ対策をして下さいね。						
21日 外出					申込〆切 開始時間 参加費	先着4名 13時30分 実費
シャトレーゼ須磨離宮公園前店に行きます！ シャトレーゼでケーキを買って地活ヨハネで食べましょう♪						
24日 裁縫					申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 実費
皆さん、完成していない作品はありませんか？地活ヨハネに作りかけの作品がいくつかあるのでこの機会に完成させませんか？						
26日 お菓子作り					申込〆切 開始時間 参加費	24日 13時30分 250円
ドーナツを作ります♪♪ 参加者3名以上で実施します。 ※〆切後のキャンセルはキャンセル代がかかりますのでご注意ください。						
28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
ペットボトルをピンにしてボウリングを行います。フワフワのボールなのでコントロールするのが難しいですが、みんなで楽しみましょう!!						
29日 グループミーティング					申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 無料
みんなに聞きたいことや相談したいことなどありませんか？ みんなでいろいろなことを話しましょう！						
5日パターゴルフ、15日ゲートボール、25日フライングディスクは13時30分からセンター前広場で行います。 11日ダーツ、18日輪投げは13時30分からセンター2階で行います。 22日習字は13時30分からセンター1階で行います。						

※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。