

シヨコラ

1月号

社会福祉法人 ヨハネ会 2025.1.1 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



新しい年を迎えます。

2025年は大阪万博が4月より10月まで開催されます。日本だけでなく世界中から人が集まるので、関西が盛り上がることになると思います。

年末からはインフルエンザ、マイコプラズマ肺炎が流行しております。人が多くなりそうな今年、感染症対策をしっかりと、1年を過ごしていきましょう。よろしくお願い致します。

謹賀新年

センター長 和田 耕一



新年、明けましておめでとうございます

今年 は 2025 年の巳年（みどし）。巳年について調べてみました。



巳年の2025年はどんな年？

2025年は「十干十二支」でいうと、**42番目にあたる「乙巳（きのとみ）」**です。

「乙」は十干の2番目で、広がっていく美しい草花を表します。

「巳」は草木が極限まで成長した状態です。

「乙」と「巳」を組み合わせた「乙巳」に当たる2025年は、これからの成長をさらに安定したものへと育てていく年だといえます。

巳（蛇）の言い伝え

蛇というと、音もなくスルスルと這い回っているような怖いイメージがありますよね。

実際、日本で最古といわれる古事記では、八岐大蛇（やまたのおろち）として素戔鳴尊（スサノオノミコト）に退治されています。旧約聖書でも、エデンの園でアダムとイブに禁断の果実を食べようそそのかした悪者として登場したのは蛇でした。

そんな悪の象徴とされる蛇も、一方では、白蛇が日本各地で天候神や豊穡神として古くから信仰されているなど、良い象徴と捉えられることもあります。

哲学者ニーチェの「脱皮できない蛇は死ぬ」という名言もあるように、脱皮する特性から、蛇は、新しい生命が宿る「復活・再生」や不老長寿の象徴など縁起のよい動物ともいわれています。

とぐろを巻いていることから執念深いとのイメージを持たれていますが、中国の伝説では、「蛇を救った王の夢に現れて財宝を捧げる」など、受けた恩を必ず返す動物としての言い伝えもあるようです。

日本でも、「蛇の恩返し」（青姫明神）が大正時代の実話として語り継がれています。

2025年も、縁起よく「巳（実）」を結ぶ年になると願いたいものですね。



長田からのお知らせ

* 12月のレクリエーション活動報告 *



◎7日 メッセージカードを作ろう

好みのイラストをカットして貼ったり、自分で描いたりしながらクリスマスカードや年賀状を作りました。ボランティア講師が丁寧に教えてくださったので、素敵な作品に仕上がりました♡

★次回のハンドメイドでは、フェルトを使って2月の節分にちなんだ室内の飾り物を作ります。乞うご期待!!
去年から延期になって、お待たせしました。

◎14日 合同餅つき

地活ヨハネと合同で餅つきをしました。今年は機械での餅つきで、みんなで一緒につきたての餅を食べました。利用者さんの感想を紹介します。

★きな粉・あんこ・大根おろし・磯辺もちのどれもが美味しく頂きました。ボランティアのYさんや地活ヨハネ職員の方々が頑張っておかげですね。ありがとうございました。(ペンネーム:長田のオカン)

♡口いっぱい餅をほうばると、「うまい!」と心の声があふれ出しそうでした。家族と過ごした幸せの時間がよみがえるようです。今は《ヨハネ家族》の一員だと勝手に思っているので……また、新たな思い出ができました。(ペンネーム:K.O.)



《1月のレクリエーション》

◇お正月行事を楽しもう!!◇

★4日:初詣 ★6日:新春かるた大会 ★7日:お雑煮
★20日:書道教室(書初め) ★21日:白玉ぜんざい

◆お知らせ◆

- 1月9日(木)はAM職員会議のため、13時半開所となります。
- 1月24日(金)は職員研修のため、14時閉所になります。



地域活動支援センター長田 1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	2	3	4
			正月	冬期休暇	冬期休暇	初詣 13:00長田出発
5	6	7	8	9	10	11
	新春かるた大会	お雑煮		Youtube鑑賞 13:30開所	アロマハンド トリートメント	十日えびす 13:00長田出発
12	13	14	15	16	17	18
	成人の日	ハンドベル教室		新年の抱負を 語る会	ストレッチ体操	ハンドメイド
19	20	21	22	23	24	25
	書道教室	白玉ぜんざい	1gatu	湯ったり フットケア	カードゲーム 14:00閉所	朗読会
26	27	28	29	30	31	
	折り紙教室	ちぎり絵		勉強会	お茶会	

4日 初詣 2025年のセンター初日は、恒例の初詣です。電車を使って湊川神社に行きましょう♪ ※福祉乗車証をご持参ください。	当日参加OK 13:00長田出発	福祉乗車証を お持ちください
6日 新春かるた大会 新春にふさわしく、かるたをしましょう(^_^) 何枚とれるでしょうか? レッツチャレンジ!!	当日参加OK 13:30 ~	無料
7日 お雑煮 体が温まるお雑煮を食べて新年を祝いましょう♪ ※締切り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。	4日締切 12:00~	200円
9日 Youtube鑑賞 (13:30開所) 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 14:00 ~	無料
10日 アロマハンドトリートメント 新しい年を迎えて気分一新! 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 ラックスしましょう。優しい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
11日 十日えびす 久しぶりに、えべっさんへ行きましょう♪ 兵庫の柳原にある蛭子神社へ公共交通機関を使って行く予定です。 JR往復280円と福祉乗車証をお持ちください。 十日えびすの残り福で御利益もありそうですね!!	当日参加OK 13:00長田出発	JR往復280円 福祉乗車証
14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
16日 新年の抱負を語る会 新しい年を迎えて、今年の目標を考えてみませんか? 千里の道も一歩から始まります!	当日参加OK 13:30~	無料
17日 ストレッチ体操 いろいろな体操を組み合わせて、心と身体をリフレッシュしましょう♪	当日参加OK 13:30 ~	無料
18日 ハンドメイド 2月に向けて、室内の飾り物をフェルトで作ってみましょう♪ 去年から延期になってお待たせしました。ボラ ンティア講師が丁寧に教えて下さるのでお気軽にご参加ください。	11日締切 13:30~	200円
20日 書道教室 ボランティアの先生が丁寧に教えてくださいます。リクエストに応じてお手本も書いて頂けるので、 苦手な方もお気軽に参加してくださいね!	当日参加OK 13:30 ~	無料
21日 白玉ぜんざい 凍てつく寒い季節こそ温かい「ぜんざい」を食べて身も心もほっこりしませんか? あったかいんだからあ♪ ※締切り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。	18日締切 13:30 ~	200円
23日 湯ったりフットケア 足浴と元看護士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、お試しください(^_^) 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。	1月と2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。
24日 カードゲーム (14:00閉所) パバ抜き・ジジ抜き・UNOなど、いろいろなカードゲームをしましょう♪	当日参加OK 1100 ~	無料
25日 朗読会 神戸で活動中の朗読グループ「わっしょいわっしょい」が来てくださいます! 今回はどんなお話を聴くことがで きるでしょうか? ご期待ください!! 朗読希望の本があればリクエストもできますよ。	当日参加OK 13:30 ~	無料
27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
28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 13:30 ~	無料
30日 勉強会 いつも土曜日開催の勉強会ですが、今回は平日に開催となりました。毎回楽しみにしている人も多人数講座で 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
31日 お茶会 2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

12月14日(土) 餅つき

地活ヨハネと長田の合同でお餅つきをしました。
きな粉餅、あんこ餅、大根餅、磯辺巻きの4種類を作り、
美味しかったという声や満足したという声をいただきました。
多くの人が参加してくれたので、盛り上がり楽しめましたね。



12月18日(水) 料理の日

一人鍋をしました。
お野菜がたっぷりで入っていて、とても温まりました。
お好みで雑炊を食べられた方もおられ、
お腹いっぱいになりましたね!(^^)!

<1月のレクリエーション>

1月18日(土) 料理の日

豚肉の生姜焼きを作ります。おすましとして雑煮を付けます。

時間：11:30～ 締切：15日 参加費：400円



1月20日(月) 外出

多井畑厄神に行きます。

混雑している可能性があるため、帰る時間が遅くなるかもしれませんが、
時間に余裕のある方は、今年の厄払いに行きましょう。

時間：13:30 締切：先着4名 参加費：実費

1月29日(水) お菓子作り

みたらし団子を作ります。

暖かい緑茶と一緒にほっこりしませんか？

時間：13:30 締切：27日 参加費：200円



※1月10日(金)はヨハネ会議のため12:30開所になります。

地域活動支援センターヨハネ 1月の予定表

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
						お茶会
5	6	7	8	9	10	11
	書初め	ヨハネかるた	園芸		12:30開所 ジェンガ	ボウリング
12	13	14	15	16	17	18
		YouTube鑑賞	ダーツ		避難訓練	料理の日
19	20	21	22	23	24	25
	外出	絵画	ストレッチ		カードゲーム	カラオケ
26	27	28	29	30	31	
	グループミーティング	輪投げ	お菓子作り		麻雀体験	
4日	お茶会				申込〆切 開始時間 参加費	12月28日 13時30分 ぜんざい・お菓子100円
今月は毎年恒例のぜんざいが出来ます！ぜんざいを食べない方でお菓子を食べられる方もOKです。ぜんざい希望の方は12月28日までに申し込んで下さい！お菓子は当日でもいいですよ！						
6日	書初め				申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 無料
新年の目標、抱負、願い事を書いて頂ければと思います。もちろんそれ以外の字でもいいですよ！						
7日	ヨハネかるた				申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 無料
みんなで作った手作りかるたです。地活ヨハネに関する事が書かれているのでおもしろいですよ。						
8日	園芸				申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 無料
たまねぎやそら豆などを植えているので、畑のお手お入れをみんなでしましょう。						
11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！！						
14日	YouTube鑑賞				申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 無料
YouTubeでみなさんのおすすめ動画を見ます！お気に入りの動画を教えてください。						
15日	ダーツ				申込〆切 時間 参加費	当日OK 13時30分 無料
ヨハネルールでダーツをします。						
17日	避難訓練				申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 無料
地震時の動画を見た後、地活ヨハネで地震が起きた時の避難経路を確認します。						
18日	料理の日				申込〆切 開始時間 参加費	15日 11時30分 400円
年初めということでおすましの雑煮と豚肉の生姜焼き風を作りたいと思います / ※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。						
20日	外出				申込〆切 開始時間 参加費	先着4名 13時30分 実費
多井畑にある多井畑厄神に行きたいと思えます。混雑が予想されます。 帰って来れる時間が分からないので時間にゆとりのある方のご参加お待ちしております。						
22日	ストレッチ				申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 無料
イスに座ったままできるストレッチなど簡単なストレッチを行ないます。 こんなストレッチがしてみたい！など希望があれば教えてください。						
24日	カードゲーム				申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 無料
トランプでババ抜きや七並べ、UNOなど参加者の皆さんで何をするか決めます。						
25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。 歌うのが苦手な方は聞くだけでもいいので気軽に参加してください🎵						
29日	お菓子作り				申込〆切 開始時間 参加費	27日 13時30分 200円
みたらし団子を作ります。お茶と一緒に食べましょう🍵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。						
31日	麻雀体験				申込〆切 開始時間 参加費	当日OK 13時30分 無料
初めての方も麻雀を体験してみませんか？みんなで楽しみながらやりましょう♪						
10日ジェンガ、21日絵画は13:30から1階で行ないます。 27日グループミーティング、28日輪投げは13:30から2階で行ないます。						

※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。