



ぶらっと8月号 ほっと一息 ぶらっとで

夏真っ只中！省エネモードで…(;´∀´)

強い日差しが降り注ぎ、連日猛暑が続いておりますが、皆様いかがお過ごしでしょうか？
ご飯べていますか？暑いですが、食事と睡眠を十分とりましょうね！
省エネモードで無理なく過ごし(;´∀´) 来たる秋を一緒に待ちましょう…♪



ポッチャの大会9月に開催決定!!

～『ぶらっとチーム』丸となって勝利をつかもう～

☆参加者募集中です(´-`)ノ☆

久々のスポーツ情報です！ポッチャの大会が開催されます！
「ぶらっとチーム」を作り、ぜひ一緒に楽しみませんか？気軽に楽しめるポッチャ☆せつかく参加するなら優勝を目指しましょう！(^-^)
8月から練習を開催しますので、ご興味や関心のある方は、スタッフまでお問い合わせ下さい！待ってま～す(^-^)/

※ポッチャの詳細や練習日は右の予定表でご確認下さい



写真はイメージ図です

第9回つどいのご報告

7月のつどいでは、「健康管理について」をテーマに、意見交流を行いました。
そこでは、「意識して水分補給を行う」「カフェインが含まれていない(利尿効果の低い)麦茶を飲む」「普段お弁当が多いので野菜ジュースで栄養補給している」「体と心両方の健康管理をしたい」「心の健康として、カラオケ店に行き気分転換をする」などの声がありました。
次回のテーマは「自分の癒し」についてです。
ぜひゆっくり語り合い、交流しましょう。お待ちしております😊



ぶらっと作品展 ～心づくしの作品をご観賞下さい(*^-*)～

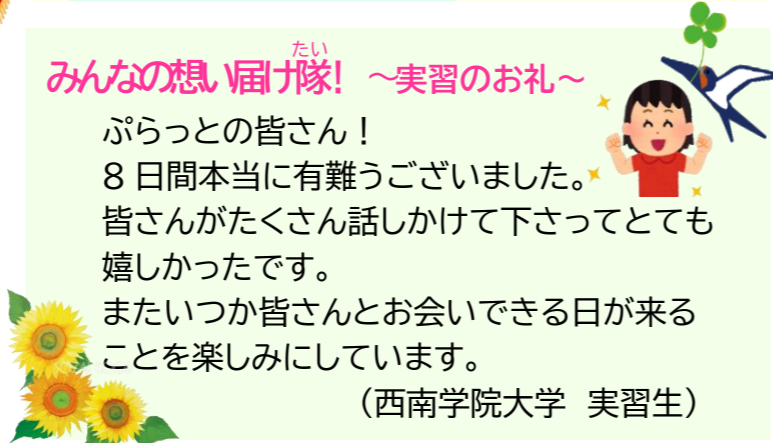


夏のぶらっと・プランター

新作・キーホルダー♪ ペパちゃんさん♡

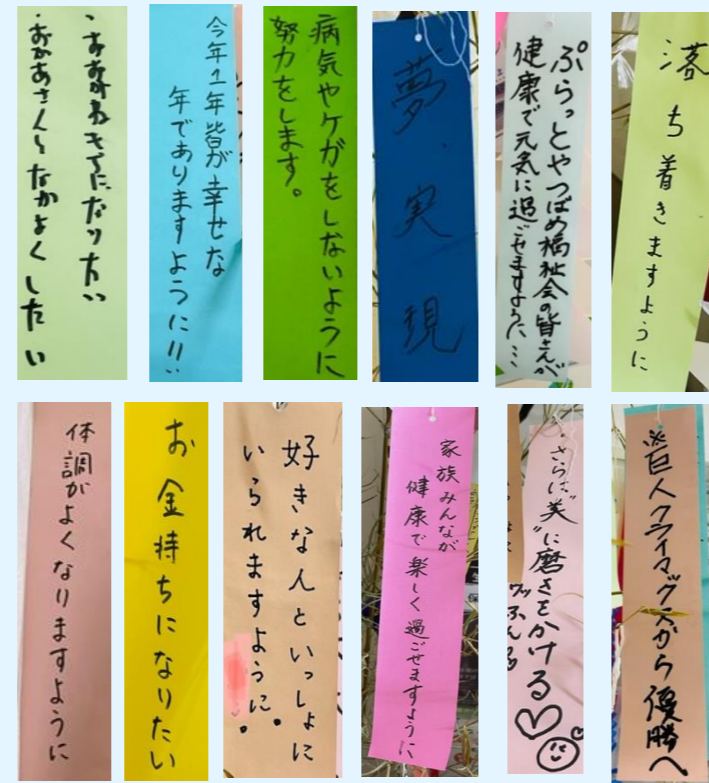
みんなの想い届け隊! ～実習のお礼～

ぶらっとの皆さん！
8日間本当に有難うございました。皆さんがたくさん話しかけて下さってとても嬉しかったです。
またいつか皆さんとお会いできる日が来ることを楽しみにしています。
(西南学院大学 実習生)



願いは届け！七夕飾り☆

～お互いの願いがどうか実現しますように！！～



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4 ヨガ教室 15:00～15:45 おにぎり	5 休館	6 清掃活動 15:00～16:00 おにぎり
7 休館	8	9	10 つどい(お話し会) 11:00～12:00 家族交流会 13:30～15:30 おにぎり	11 山の日 レコード鑑賞会 14:30～15:30 おにぎり	12 休館	13 臨時休館
14 休館	15	16 午後休館 ※ほっとする電話もお休みです ※事務電話 17:00 まで	17 おにぎり	18 書道教室 10:30～12:00 ヨガ教室 15:00～15:45 おにぎり	19 休館	20 映画鑑賞会 14:00～16:00 おにぎり
21 休館	22	23	24 おにぎり	25 書道教室 10:30～12:00 おにぎり	26 休館	27 ポッチャの練習 11:15～11:45 おふろの日(無料) おにぎり
28 休館	29	30	31 ポッチャの練習 15:15～15:45 おにぎり ※事務電話 17:00 まで	※ポッチャ:ジャックボール(目標球)と呼ばれる白いボールに、赤・青それぞれ6球ずつのボールを投げたり、転がしたり、他のボールに当てたりして、いかに近づけるかを競います。とっても参加しやすく楽しいスポーツなんですよ(*^-*)v		

ピアスタッフ通信

～西南学院大学でゲストスピーカーとして発表しました～
去る6月28日にピアスタッフの山下・森田2名が、西南学院大学の講義にゲストスピーカーとして招かれ、体験談をお話させて頂きました。以下、2名の感想です。

●緊張しましたが森田さんのヘルプのおかげで無事に学生の皆さんの前でお話することができました。辛く苦しい思いをした分、今日の幸せがあります。体験を伝えることの大切さを実感しました。(山下)

●本番まで自分なりに一生懸命に資料などの準備や話す練習をしました。より多くの方に精神保健福祉の分野に関心を持って頂けると嬉しいです。(森田)



～利用についてご案内～

- ◆開所時間：①10時～12時 ②14時～16時 (①か②のどちらか1回)
- ◆利用人数：フリースペース 10名 まで
- ◆相談電話：12時～17時
- ◎館内での食事・面談室での面談を休止しております。
※飲み物はフリースペースでお召し上がりいただけます。
- ◎マスクの着用、アルコール消毒、手洗い、検温にご協力下さい。

休館のお知らせ

8月13日(土) 午後休館
8月16日(火) 午後休館
ご不便をおかけします

地域活動支援センターI型 ぶらっと

<https://www.tsubame-fukuoka.jp/facility05>

〒814-0021 福岡市早良区荒江 2-8-6
事務電話：092-400-7132
ほっとする電話(相談電話)：092-400-7144
※相談電話時間：12時～17時