



# ぶらっと7月号 ほっと一息 ぶらっとで

## 梅雨から初夏へ

～アジサイ、ヤサイ、<sup>ばんばんざい</sup> 万々歳...自然の恵みに囲まれて～

① 梅雨真っ只中ですが、皆様いかがお過ごしでしょうか？

梅雨といえば「あじさい」ですね。今年も地域の方から沢山のあじさいを頂きました♡。目にも鮮やかなあじさいを女性利用者さんが中心となり、素敵に活けて下さいました。室内、そして、私たちの心も明るくなりました(\*^-^\*)この場をお借りし、地域の方に深く感謝を申し上げます。



② お庭で色々な夏野菜が元気に育ってくれました(^\_^) オクラ、ピーマン、キュウリ、トマト、ゴーヤ、青じそ等々... 早朝の水やり、こまめなお世話をしている皆さん、有難うございます。収穫した野菜はランチやカレーに使ってみんなで食しています。自然の恵みに感謝しながら、栄養を頂き夏を乗り越えましょう♪



左から、ミニトマト、きゅうり、ゴーヤ

緑豊かな菜園が完成



左から、大葉、右上がオクラ、右下がピーマン

### 第32回ぶらっとのつどいの報告

6月の「つどい」では「良い睡眠をとる方法」をテーマに意見交流を行いました。そこでは、「寝る前にアルコール類を飲まない」「朝日を浴び、起きて16時間後に寝ると良いらしい」「電気を消して寝る」「眠ることに捉われない」「博多駅辺りにふらりと行って風景を眺めていると眠れることが多い」「睡眠以外の食事、運動等も大切に」「癒しの音楽などを聴く」等の声がありました。

次のテーマは「夏バテ対策」です。  
※次回7月は実習生との関係で、7月3日(水)、31日(水)の2回開催予定です。お気軽にご参加頂けると嬉しいです(\*^-^\*)



発言者を温かく見守る参加者の皆さん

### みんなの思い届け隊! ~私とぶらっと⑦~

私は就労支援センターの紹介でぶらっとに繋がりました。現在お掃除の仕事をしています。その出勤の前に定期的にぶらっとの庭や畑の水やりをしています。これからもっと野菜たちが無事に育ってくると嬉しいです。

私はいつか自分がこれまで清掃業等に携わってきた体験や経験を活かして、当事者をもっと活躍できる清掃業社を立ち上げたいという夢を持っています。(Hさん)



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	☆実習生		つどい(お話し会) 11:00~12:00 ミニランチ	書道教室 13:30~15:00	休館	清掃活動 15:00~16:00 カレー
7	8	9	10	11	12	13
休館	おやつサークル 13:30~15:00	16時閉館	イラスト教室 15:30~16:30 ミニランチ	ヨガ教室 15:00~15:45	休館	臨時休館
14	15	16	17	18	19	20
休館	海の日 オセロ大会 14:30~15:30 17時閉館	午後休館 13時までの開所になります	ミニランチ	書道教室 13:30~15:00	休館	将棋大会 14:30~15:30 カレー
21	22	23	24	25	26	27
休館	☆実習生		イラスト教室 15:30~16:30 ミニランチ	ヨガ教室 15:40~16:25	休館	ミニコンサート 13:00~13:30 カレー
28	29	30	31	★利用マナーについて(ご協力のお願い) ぶらっとをいつも清潔に保つために、 駐車場内での喫煙や飲食はご遠慮下さい。 ご協力よろしくお願い致します。		
休館	ポッチャ大会 15:30~16:30	16時閉館	つどい(お話し会) 11:00~12:00 17時閉館 ミニランチ			

### 万年カレンダー作ったとよ〜(´o`)ノ♡



利用者さんによる渾身の作です♪ 皆さんも、自分の趣味を活かしてぶらっとでも楽しく過ごさせて下さいね◎

### ※ピアのつぶやき ※ピア...ピアスタッフの略

6月半ば、母校の大学(社会福祉学科)で、「精神保健福祉分野における支援と実際」というテーマでお話をさせて頂きました。精神保健福祉士を目指したきっかけや、現場での体験談、自身の病気やピアスタッフとしての今など...緊張で一杯の中発表しました。話終ると、温かい拍手が送られ「福祉の道を諦めかけていたけど、また頑張ろうと思います」といった言葉を頂くなど私自身が元気で勇気を頂きました。私も頑張るぞ◎



### 実習生さん来所のお知らせ

7月1日~11日と7月22日~8月5日に精神保健福祉の現場を勉強するため、2名の実習生さんが来所されます。(\*^-^\*) 皆さんどうぞよろしくお願い致します!



### 休館のお知らせ

7月13日(土)

午後休館 7月16日(火)

開所時間が不規則になり、ご不便お掛けします。



### 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丁目7-6

事務電話 : 092-400-7132

ほっとする電話(相談電話) : 092-400-7144