

# そんなり通信 vol.87

地域活動支援センターMネット 広報誌 H28年12月号  
発行者：社会福祉法人Mネット東遠 地域活動支援センターMネット  
菊川会場：菊川市本所 1407-4 TEL0537-28-9716  
小笠会場：菊川市赤土 1660-1 TEL 0537-73-1020 FAX0537-73-1034



## 11月のサロン活動

### 11月1日(火)【ちょっと贅沢にかつ丼作り】

今回はスーパーで豚ロース肉6パックを買い占めて、カツを揚げるところからかつ丼作りを始めました。こんがりきつね色に揚げたカツを見て、「このまま食べたい」とひそかに思いつつお腹を空かせてかつ丼の出来上がりを待ちました。慣れない手つきながらも、みんなで協力し合って300円のかつ丼定食が出来ました♪



### 11月22日(火)【ハートフルアート展作品準備】

今年で3回目となるハートフルアート展の作品出展。今回もきくがわ作業所と共同で作品展の準備を進めてきました。11月24日に作品の搬入があるため、22日のサロンはみんなでレイアウトを考えました。今回、大きな作品はありませんが、連鶴やフェルトアート、絵画などメンバーさんの特技を生かした作品が完成しました。作品は11月25日～12月1日まで静岡市民文化会館展示場に展示されます。来場者の投票によって賞が決まります。今年度の結果は来月のそんなり通信でご報告したいと思います。

## 12月のサロン予定

12月のサロンは以下の内容で行ないます。

日にち：12月6日(火)

内容：100円食堂(親子丼、大学芋)

時間：9:00 赤土集合、出発

9:30 プラザけやき南口集合。12:30 終了予定

場所：プラザけやき栄養指導室

持ち物：材料費300円、エプロン、帽子・バンダナなど髪を隠せるもの。

※ご飯を食べるだけの参加でもOK♪

11:20 赤土出発、11:45 食事、12:55 赤土帰着予定。

日にち：12月20日(火)

内容：焼津さかなセンター

時間：9:00 赤土出発 9:30 プラザけやき出発

11:00 焼津さかなセンター到着、センター内見学・買い物・昼食

12:30 焼津さかなセンター出発、13:30 プラザけやき帰着、14:00 赤土帰着予定。

場所：焼津さかなセンター(焼津市)

持ち物：昼食代(1,000円程)、お土産代



## 掛川市こころの健康ボランティア講座を開催しました

掛川市から委託を受け、11月17日（木）18日（金）とボランティア講座を開催しました。

17日は精神障害に関する講座や実際に掛川市内で活動をおこなっているボランティアグループ『ジョイントサークルかたくり』代表者、橋本さんからどのような活動をおこなっているのか報告をしていただきました。またグループワークでは参加者から実際に活動しているボランティアに対しこんな質問がありました。「精神障害の人にどう話しかければいいの？」ボランティアさんはこのように答えていました。「普通でいいのよ。精神障害を持っているからといって私たちと何も変わらない。」その言葉を聞いた参加者は安心した様子で、今まで精神障害者という身構えてしまっていたようでした。

18日は小笠病院とさわや家で施設見学をおこないました。

精神科病院へは初めて訪れる参加者が多く、実際にデイケアの利用者と触れ合う時間が持てたことで精神障害に対しての興味関心が深まったようでした。



## ハートフルアート展作品展作り

1



水で溶いた石こうを植木鉢に塗っていきます。  
石こうはすぐに固まってしまうために素早く塗ることが上手にできるコツです！

2



今度は植木鉢に貝殻を貼る作業です。  
貝殻に石こうをつけ植木鉢につけるのですが、貼る場所を考えていると、石こうが固まってしまうので素早く判断するセンスが大事みたいです。

3



石こうが乾くまで1日置いて完成です。  
ちなみに貝殻は御前崎の海岸まで行き、メンバーと一緒に拾ってきました。

