

ユズリハガイド

2・3月号ハイライト
 ・イベント情報
 ・2月、3月の予定

新しい年を迎え、早一ヶ月が過ぎました。皆さまいかがお過ごしでしょうか？
 昨年やり残したこと、今年挑戦したいこと、それぞれどんな一年にしたいか
 考えながら過ごしていけたらいいですね。

「あきれた頃に 良いことがある」 吉際信夫さま



黒磯駅前キャンドルナイトの報告

12月12日（土）にキャンドルナイトが黒磯駅前で行われました。今年はお天気にも恵まれ、穏やかな天候の中イベントを終えることができました。

ゆずり葉では畑の学校で採れた野菜と、手芸サークル「まほうのて」で制作した作品を販売しました。ボランティアとして野菜の包装や値札付け、販売までご協力してくださった皆さんありがとうございました。

那須町シンポジウム ～アートでつながる人と心～

日時：平成28年2月6日（土） 15:00～16:30（14:30～受付）

場所：ゆめプラザ・那須（栃木県那須郡那須町寺子乙2566-1）

内容：「障害者アートについて」

もうひとつの美術館（那珂川町）館長の梶原さん、

つながるひろがるアート展 Nasu 事務局の佐藤さんに

アートの可能性についてお話していただきます。当日は作品展示もあります。

参加費無料

らくだチャット開催（茶話会）

日時：平成28年2月6日（土） 10:00～12:00

場所：ゆずり葉2F（フリースペース）

内容：① 各サークルの活動報告 ② 次年度に向けた話し合い

報告会のための振り返りと、来年度より良く活動していくための話し合いの場を各グループで持ちました。その報告を簡単ですが、後ろのページに記載しています。

ぜひ多くの方にご参加いただき、各グループ活動内容を共有し、来年度の活動をより盛り上げるために、ご意見をもらいたいと思います。皆様のご参加お待ちしております。

2016年2月

スポーツが第1・第3水曜日になっています。
参加される皆様、お間違えのないようにお願いします。

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1	2 レディースタイム (ヨガ) 	3 スポーツ	4 フリースペースなし 生活向上グループ 「シャキッと」 	5 畑の学校 手芸 	6 らくだチャット (茶話会)
7	8	9 レディースタイム (お菓子作り) 	10	11	12 畑の学校 手芸 	13 ピア フリースペース (和室のみ利用可)
14	15	16 レディースタイム (カフェ巡り) 	17 スポーツ	18 フリースペースなし 生活向上グループ 「シャキッと」 	19 畑の学校 手芸 	20
21	22	23 レディースタイム (ダイエット) 	24	25	26 畑の学校 手芸 	27 ピア フリースペース (和室のみ利用可)
28	29					

イベント

スポーツ

日時：第1・3水曜日 13:00~15:00

場所：黒磯体育館（那須塩原市上厚崎）

内容：

バドミントン、バレーボール、バスケットボール、卓球、ヨガ等の運動で汗を流しています。

みんなで楽しむというだけでなく、生活や就労に向けた体力作りの機会にもなります。

参加される方は、事前に連絡してください。

生活向上グループ「シャキッと」☆

日時

第1・3木曜日 10:00~15:00

- ・生活のリズムを立て直したい
 - ・将来働きたいけど自信がない など
- 「シャキッと」とメリハリのついた生活をおくる
きっかけづくりをしてみませんか

内容

*運動、掃除、調理、外出、ボランティア、
レクリエーション 等

*10:00~15:00までの5時間、継続
して参加可能な方 **担当スタッフ：木村まで**

2016年3月

スポーツが第1・第3水曜日になっています。
参加される皆様、お間違えのないようにお願いします。

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1 レディースタイム (ヨガ) 	2 スポーツ	3 フリースペースなし 生活向上グループ 「シャキッと」 	4 畑の学校 手芸 	5
6	7	8 レディースタイム (お菓子作り) 	9	10 	11 畑の学校 手芸 	12 ピア フリースペース (和室)
13	14	15 レディースタイム (カフェ巡り) 	16 スポーツ	17 フリースペースなし 生活向上グループ 「シャキッと」 	18 畑の学校 手芸 	19
20	21	22 レディースタイム (ダイエット) 	23	24 	25 畑の学校 手芸 	26 ピア フリースペース (和室)
27	28	29 レディースタイム (話し合い) 	30	31 		

サークル活動

畑の学校

時間：毎週金曜日

9:00 ~ 12:00

ボランティアさんと一緒に色々な作物を育てて、収穫します。自然と触れあいながら、仕事をはじめめるきっかけづくりにもなります。野菜のお土産つきです。

担当スタッフ：木村まで

手芸サークル「まほうのて」

時間：金曜日 13:00 ~ 14:30

ボランティアの方も一緒に、のんびり編み物や縫物をしています。また、イベントに向けた作品制作など、楽しめる活動となっています。

担当スタッフ：室井まで

レディースタイム

時間：火曜日 13:00 ~ 15:00

毎週火曜日、女性限定で活動を行っております。ヨガやカフェ巡り、お菓子作り女性同士ゆったりとリラックスした時間を過ごしましょう。

担当スタッフ：室井まで

2月の予定		3月の予定	
2/2	ヨガ	3/1	ヨガ
2/9	お菓子作り	3/8	お菓子作り
2/16	カフェ巡り	3/15	カフェ巡り
2/23	ダイエット	3/22	ダイエット
		3/29	話し合い

※ なお、レディースタイム中、フリースペースは女性のみ利用となります。

ゆずり葉の利用について

＜各サークルの利用について＞

平成25年度より、サークル活動に参加される方に「参加申込書」を書いていただくことになりました。改めてサークルの内容や目的、注意事項について説明を受け、目標を持って取り組んでいただきたいと思います。

サークル活動への参加を希望する方は、スタッフまでお声かけください。

＜フリースペースの利用について＞

- ① 利用時間は 10:00 ~ 16:00 となります
- ② グループ活動日にフリースペースはありません
- ③ 「火曜日」「木曜日」「金曜日」は禁煙です

＜各イベント参加について＞

イベントに参加される方は、必ずご連絡ください
また、分からないことがある方は、各イベントの担当のスタッフに相談してください。

連絡先 ⇒ TEL: 0287 - 63 - 7777

各グループ話し合い報告とチャットに向けて



レディースタイム

女性ならではの話ができ、活動内容が決まっていた参加しやすかったなどの感想がありました。

少し内容がマンネリ化している部分もあるので、時間帯や活動内容について話し合いたと思います。

畑の学校

朝礼や仕事を率先し、役割分担しながら活動したいとの意見がありました。また、道具の管理方法を徹底したいと思います。その他、育ててみたい野菜や植物についても提案がありました。

イベント（BBQ やうね立て大会）の企画について、いろんな案を出せたらと考えています。

スポーツ

ソフトボール大会は良い緊張感で楽しめた・ミニゲームやレクリエーションをしたいとの意見が聞かれました。キックベースやポートボール、フットサル、テニスなど、スポーツに参加している以外の人も楽しめる企画を皆さんで考えましょう。

手芸

今年度は様々なイベントに出品しつつ、それぞれのペースで編み物や縫い物、羊毛フェルトなどの製作活動をしてきました。

今後の出店の仕方や、製作品などについて話し合いたと思います。

生活向上グループ「シャキッと」

3ヶ月ごとにプログラムを組んで、様々なことにチャレンジしてきましたが、参加人数が減っている現状です。

活動内容や目的を知ってもらい、それぞれの目標やに向かって一歩が踏み出せるような活動にしていくために、どうしたらいいか考える時間を持ちたいと思います。

フリースペース

利用してみたの感想やクリスマス会などのイベントの進め方、復活して欲しいサークルなどのご意見がありました。

また、女性の利用者が少ないこと、意見箱の必要性について等、利用される皆さんが気持ちよく利用できるよう考える時間にできたらと思います。