

ふらっと通信

～「卓球」を通して楽しく交流～

ゆうゆう・ふらっと合同卓球大会を開催



令和6年9月21日(土)10:00～12:00 に富士宮市総合福祉会館 安藤記念ホールで、富士圏域の地域活動支援センターの交流として、ボランティア活動団体「なごみの会」にご協力いただき、卓球大会を開催しました。

種目は、①シングルス②ダブルス③チーム戦により戦いました。日頃の成果を発揮するよい機会となりました。利用者同士の間にも交流もあり、勝ち負けにこだわらない楽しい時間を過ごすことができました。結果は、ゆうゆうチームの圧勝により、ふらっとチームは来年度トロフィーの奪還に向け練習に励むことを誓いました。

参加者の感想

- ラリーが続いた時が楽しかった。日ごろの成果が少しだけ出たように感じた。
- シングルスに出場できなくて残念だった。来年こそは優勝するぞ！

- 楽しかった。「ゆうゆう」は「ゆうゆう」。「ふらっと」は「ふらっと」で対戦できるとよかった。
- 上手にできなかったけど、教えてもらえたらできたとと思う。ルール(ダブルス)がわからなかった。

楽しい「折り紙教室」

今月はハロウィン🎃を作成



月に1回開催されている「折り紙教室」が、9月27日(金)10:00～12:00まで、講師の村松真由美さんにご指導いただき、ふらっとルーム内で行われました。

今回は、ハロウィンが近づいていることもあり、小物を入れるカボチャの折り紙とペロペロキャンディーを連想させる折り紙を作りました。色を変えることで、雰囲気も変化し一人一人違ったイメージの作品を作り上げることができました。

参加者からは、「いろいろな作品をつくることも楽しかった。家でも思い出しながら作ってみたいとの声もありました。

興味のある方は職員に声をかけてください。

次回は11月22日(金)10:00から行われます。

カレーを作り、食べくらべ

利用者とボランティアで交流

10月4日(金)9:50～12:00まで、利用者とボランティアの交流活動として、富士宮市総合福祉会館 調理実習室で「カレー作り」に参加者15名が3つのチームに分かれて行われました。当日の流れとしては、①じゃんけんでカレーを選ぶ②チームで話し合いカレーを完成させる。(作り方はルールの箱裏を見て11時頃できあがるようにする。)③減点の少なかったチームから食べたいカレーを皿に盛りつける。残ればおかわり自由④感想を伝える⑤全員で片づけるとのことでした。

完成したカレーを食べた後、参加したみなさんからは「3チームともおいしかった。」「楽しくできた。」「野菜の切り方がチームによって違いがあっておもしろかった。」などの感想が聞かれました。





がつ よてい 11月の予定



にち 日	げつ 月	か 火	すい 水	もく 木	きん 金	ど 土
雨の日の利用時は、ご注意ください！ 雨が降っているときに、総合福祉会館の出入口や廊下が濡れて滑りやすくなる場所もあります。出入口に設置されているマットで靴についた水滴を吸収したり、ビニールに傘を入れていただくようにご協力ください。また、転倒されないようご注意ください。					1	2 13:30～ ミーティング ※午後、安藤記念ホール無料開放の日
3 ふらっと休み (文化の日)	4 ふらっと休み (振替休日)	5	6 ※午後、安藤記念ホール無料開放の日	7	8	9 10:00～ ペタボード ※午後、安藤記念ホール無料開放の日
10 ふらっと休み	11 ふらっと休み	12	13 ※午後、安藤記念ホール無料開放の日	14	15	16 ※午後、安藤記念ホール無料開放の日
17 ふらっと休み	18 ふらっと休み	19	20 13:30～ ピア カウンセリング ※午後、安藤記念ホール無料開放の日	21 10:00～ 絵手紙教室	22 10:00～ 折り紙教室	23 ふらっと休み (勤労感謝の日)
24 ふらっと休み	25 ふらっと休み	26 工賃支給	27 ※午後、安藤記念ホール無料開放の日	28	29	30 ※午後、安藤記念ホール無料開放の日

受給者証について

受給者証の更新は、誕生月もしくは決められた月になっています。
 市役所より更新の案内が届いたら、早めに手続きを行い、新しい受給者証は必ず一度持参ください。
 しばらく、ふらっとを利用していない時も同様をお願いします。

みなさまの作品

(詩)

生まれてきても、苦しまなければならぬ。
 子供たちは、たくさんいる。
 上を見ればきりがなく、下を見ればきりがなく。
 ものごと、何でも一つの歴史があるし、過程があるだろうが、私たちは一体、何を努力すればいいのだろうか。
 時というものをどう考えたいのだろうか。
 こうして暮らしているのが、今の自分には普通なのだろう。
 私は今〇〇歳になるが、あと20年くらいは生きていたいと思う。
 そして、嵐の後には必ず、虹が出てくれると信じていたい。



(編集後記)

秋も深まり、ようやく涼しい季節になりました。「食欲の秋、スポーツの秋、芸術の秋」と言われますが、健康管理に留意し日ごろ「やってみようかな」と考えていることを始めてみてよいのではないのでしょうか。
 ふらっと内では、「早朝ウォーキング、ダイエットを始めました。」「美術館で絵画を観てきました。」などの声も聞かれます。ぜひ、ご参考になさってみてはいかがでしょうか。