<KSKSメイプルハウスニュース>第三種郵便物承認　通巻第5993号2019年4月2日発行(1)

KSKS メイプルハウス ニュース

社会福祉法人息吹
編集人　〒562-0001箕面市箕面3-9-19
TEL/FAX　072-721-9006
URL　http://www.ibuki-minoh.com/

NO.274
2019.4

二〇〇〇年十二月十二日　第三種郵便物承認　毎月　1 2 3 4 5 6 7 8の日　発行

お知らせ

パオみのお相談支援

（委託相談支援・指定特定相談支援【計画相談】）

相談時間変更について

パオみのお相談支援は、利用者ニーズ等を考慮し、下記のとおり相談に関する時間を変更する事となりました。

開始日：　平成31年4月1日（月）～

相談時間：　平日（月～金）　午前9時00分～午後5時30分

この時間変更に伴い、送迎時間も変更になります。

送迎時間：　火～金　午後5時00分（希望者のみ）

地域活動支援センター（サロン）の
開所時間は変更ありません。
月～金（平日）11:00～18:30
土・祝　11:00～18:00

<KSKSメイプルハウスニュース>第三種郵便物承認　通巻第5993号2019年4月2日発行(2)

3月　息吹活動報告

7日（木）	ミーティング【パオみのお】
8日（金）	万博公園に梅を見に行こう【パオみのお】
12日（火）	ミーティング・なかよし会【シェスタ】
14日（木）	魁 スポーツ推進振興クラブ定例運営会議
19日（火）	ミーティング【あっとほーむ】
22日（金）	スマホ勉強会【パオみのお】
1,8,15日（金）	パオカフェ【パオみのお】

もみじの家の活動については、「もみじの家だより」をご覧ください。

<KSKSメイプルハウスニュース>第三種郵便物承認　通巻第5993号2019年4月2日発行(3)

もみじの家 もみじだより

●3月の活動報告

4日	パソコン	13日	調理実習(青じそチキンのバター醤油焼き)
5日	お菓子作り	14日	ゲーム大会
6日	卓球(もみじの家)	18日	カラオケ
7日	図書館散策	19日	散歩(雨天のため中止、フリータイムに変更)
11,25日	音楽の会	27日	調理実習(簡単調理・餃子セット)
12,26日	健康教室	28日	映画鑑賞(ミニオン大脱走)

1,8,15,22,29日　ミーティング

新年度が始まる 4月はスタートの季節です。もみじの家では新しくスタートすることがあります。それは、エコリカの作業です。各事業所などに不要になったインクカートリッジを入れる回収箱を設置させてもらい、後に回収し、仕分けする作業です。始めたばかりですのでわからないことが多いですが、ゆっくりと定着すればいいなと思っています。まず作業の幅を広げるためのチャレンジです！シェスタ・あっとほーむ・パオにも回収に行きますので、利用者の皆さんも不要なインクカートリッジがありましたらそれぞれの事業所にお持ちいただければと思います。ご協力よろしくお願いします。

ご不明な点は、もみじの家（072-721-9006）までお尋ねください。

<KSKSメイプルハウスニュース>第三種郵便物承認　通巻第5993号2019年4月2日発行(4)

パオみのおニュース

４月は新年度の始まりです。パオの相談支援事業は見直しを行って、相談時間を変更しました。時代とともに、利用者のみなさんの要望も変化しているのを感じています。サロンについても、もっとみなさんが利用しやすくなるにはどうすればいいか、考えていこうと思っていますので、ご意見があればお聞かせください。

パオみのお　主催　４月のレクリエーション

日にち・時間	レクリエーション名	内容	参加費	申込み締切日
4月５日（金） 16時ごろにパオを出発します。 ＊汗拭きタオルを持参してください。	**春だ！桜を見に行こう！** 	パオから杉谷公園に行き、歩きながら、ほっこりお花見をしましょう。	100円 お菓子 飲み物 付き	4月２日（火） 17時
4月12日・19日 26日（金） 15:00頃～	**パオカフェ** 	パオで朝から焼いた手作りパンとコーヒーまたは紅茶のある日。 ケーキのときもあります。	50円 パンとコーヒーまたは紅茶	当日 12時

＊その他のお知らせ（4月の活動予定）

4日（木）…パオミーティング

11日（木）… 魁 スポーツ推進振興クラブ・箕面大瀧登山（花見）

お問い合わせは・・・072-726-7800 パオみのおまで。

魁 スポーツ推進振興クラブ

活動報告・活動予定

〔ちょこっとアドバイス（上達のコツ）〕

新元号発表の桜の咲く今日この頃、皆様いかがお過しでしょうか？

私は若くして発病したため、昭和、平成、そして新元号の時代と３つの時代を病者として生きて行くことになりそうですが、良くここまで病者で入退院、服薬通院をしながら、俗に健常者と呼ばれる方々とも互角以上の闘いや仕事、活動をやってこられたなぁーと思います。それはやる気と気持ちと、考える事を忘れなかったからだと思います。私は筋弛緩作用のある薬を飲んでいます。ですから、運動面では不利と普通考えるでしょう。しかし、私は「俺は強すぎるから健常者にハンデを与えてやっている！」と思って闘い、良い結果を残して来ました。しかし、そこには計算され尽くした戦術と努力がありました。

私は10代からスポーツ関連の書物を良く読み、そのスポーツ、その武道に関わる書物は図書館ですべて読みあさりました。柔道に関して言いますと警察の道場で売って頂いた講道館の固め技（寝技）、投げ技（立ち技）のすべてが解説されているビデオ2巻を何度も見て研究し、分析しました。体育館や道場での時間、体を動かす時間は病者としては限られ不利とも言えますが、それ以外の時間を有効利用して、イメージトレーニングをたくさんすれば、体育館や道場での練習の質を格段に上げることが出来ます。簡単に言えば、練習の前の練習をしっかりして常に課題をもって道場なり現場に行く事が重要です。もちろん、その後日の復習と反省点を列挙して次の練習に繋げる事も忘れてはなりません。この繰り返しに、後は自分のオリジナリティの＋α で差がつくと思います。ぜひ参考にして頂ければと思います。

さて、話しは変わり、3月は定例運営会議を開きました。会議の内容は今回は最悪で、私が反省する事ばかりでした。二日後の夜考え込み号泣しました。泣いてスッキリしましたので次に進める気がします。4月は花見を兼ねた箕面大瀧登山となりました。下記日程にて行いますので一人でも多くの皆様方の参加をお待ち致しております。春風に吹かれ森林浴で心と体をリセットしましょう。今後とも当クラブの運営にご理解ご協力の程よろしくお願い申し上げます。

【文責：津田誠大（代表）】

４月活動

箕面大瀧登山（花見）

日　　時：４月１１日（木）AM１１時１５分集合

集合場所：箕面駅改札口前ベンチ

昼食代　：自己負担（道中の店内で）弁当持参もOK!

参加費　：無料（ワンドリンク付きます。）

P.　S.　　動きやすい服装でお願いします。障害者手帳をお持ちの方は持参してください。タオルも持参してください。

〔昆虫館、足湯（無料）に行くかもしれません。〕

<KSKSメイプルハウスニュース>第三種郵便物承認　通巻第5993号2019年4月2日発行(6)

こころの会だより

さくらだよりに心はずむ季節になってきましたが、みなさまお変わりありませんか？
お花見とともに、さくらに因んだお菓子や食事なども楽しみですね。

さて、4月1日といえば、「エイプリルフール（April Fools' Day）」があります。
毎年4月１日には嘘をついてもよい、という風習のことですが、
その昔、ヨーロッパでは3月25日を新年とし、4月１日まで春の祭りを開催していましたが、1564年にフランスのシャルル9世が1月１日を新年とする暦を採用しました。
これに反発した人々が4月１日を「嘘の新年」として位置づけ、
どんちゃん騒ぎをするようになったのがエイプリルフールの始まりとされています。

「正午までならばウソをついていい」とされる国々もあるようで、海外企業は「本気でお客様を騙す」ために、何ヵ月も前から策を練り、ＣＭやウェブサイト制作するとか。
そんなユーモアが許される余裕のある風習は、とてもうらやましいですね。

●○　○●　●○

●3月の活動報告

3月　13日、27日　もみじの家・調理実習に参加

●4月の活動予定

4月　4日　　こころの会総会

☆もみじの家・調理実習に参加予定。（「もみじの家プログラム予定表」を参照）

<KSKSメイプルハウスニュース>第三種郵便物承認　通巻第5993号2019年4月2日発行(7)

ゴールデンウィーク中の開所日のお知らせ

今年のゴールデンウィークは、４月２７日（土）から５月６日（月）までの１０連休ですが、息吹では次のとおり開所しますので、お知らせします。

月日	曜日	祝日	もみじの家 あっとほーむ シェスタ	パオみのお
4月27日	土			開所日
4月28日	日			
4月29日	月	昭和の日	**開所日**	開所日
4月30日	火	国民の休日	**開所日**	開所日
5月1日	水	天皇即位の日	**開所日**	開所日
5月2日	木	国民の休日		開所日
5月3日	金	憲法記念日		開所日
5月4日	土	みどりの日		開所日
5月5日	日	こどもの日		
5月6日	月	振替休日		開所日

※パオみのおは通常どおり日曜日のみ閉所します。

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

クイズコーナー

全問正解の方は、景品をさしあげます。4月末締め切り。

パオみのおまで。電話・FAX・メールでもOK。

Q1．こげばこぐほど、前に進んだ分だけ、後ろへ戻ってしまうものなーに？

Q2. 次の数字で表した、くだものはなーに？「１５」

Q3. ふるさとに帰ってきた人が最初に見る花は？

＜KSKSメイプルハウスニュース＞第三種郵便物承認　通巻第5993号2019年4月2日発行(8)

もみじの家プログラム予定(4月)

4月	月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6	7
午前	作業	作業	作業	作業	ミーティング		
午後	パソコン	散歩	運動プログラム（稲スポーツセンター）	ゲーム大会	作業		
	8	9	10	11	12	13	14
午前	作業	作業	調理実習（鶏肉とカシューナッツ炒め）	作業	ミーティング		
午後	音楽の会	健康教室	作業	図書館散策	作業		
	15	16	17	18	19	20	21
午前	作業	作業	作業	作業	ミーティング		
午後	カラオケ	お菓子作り	もみじカレッジ（漢字編）	ボッチャ	作業		
	22	23	24	25	26	27	28
午前	作業	作業	調理実習（ミートソーススパゲティ）	作業	ミーティング		
午後	音楽の会	健康教室	作業	映画鑑賞（カリオストロの城）	作業		
	29	30	5月1日	5月2日	5月3日	5月4日	5月5日
午前	昭和の日	作業					
午後		フリータイム					

発行人
関西障害者定期刊行協会　大阪市天王寺区真田山町二―二　定価五十円
二〇〇〇年一二月一二日　第三種郵便物承認　毎月丁（2345678の日）発行

カフェ シェスタ cafe siesta

Garage Sale

ガレージセール物品募集

提供していただける方はご連絡ください。お預かりに参ります。

電話・FAX072－724－0110

※詳細につきましては各事業所にお問い合わせ下さい。

生活介護事業所	もみじの家	〒562-0001	箕面市箕面3-9-19　TEL/FAX 072-721-9006
就労継続支援B型事業所	あっとほーむ	〒562-0026	箕面市外院3-7-35　TEL/FAX 072-730-6950
	シェスタ	〒562-0045	箕面市瀬川2-5-14　TEL/FAX 072-724-0110
地域活動支援センター	パオみのお	〒562-0036	箕面市船場西1-11-35　TEL/FAX 072-726-7800