

# 今月の活動カレンダー

<p>＜各活動の開催時間＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*パソコン教室 10:00~12:00</li> <li>*卓球サロン 10:30~12:00</li> <li>*体力作り 15:30~16:30</li> <li>*料理教室 10:30~12:30</li> <li>*体操教室 11:30~12:30</li> <li>*創作の時間 13:00~15:00</li> <li>*お花教室 10:00~12:00</li> <li>*健康体操 10:00~12:00</li> </ul>						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			スポーツに挑戦 (卓球サロン)	パソコン教室	体操教室 ひまわり	マヴィ (チョコ作り)
5	6	7	8	9	10	11
休所日	地域活動支援センター お休み	創作の時間	料理教室 健康体操 スポーツに挑戦 (卓球サロン)	パソコン教室 スポーツに挑戦 (体力作り)	体操教室 高次脳	休所日
12	13	14	15	16	17	18
休所日	お花教室	創作の時間	スポーツに挑戦 (卓球サロン)	パソコン教室	体操教室 ひまわり	
19	20	21	22	23	24	25
休所日	地域活動支援センター お休み	創作の時間	スポーツに挑戦 (卓球講座)	パソコン教室 スポーツに挑戦 (体力作り)	体操教室	
26	27	28	<p>※各活動は、天候等の事情により内容の変更や中止の場合がありますので、予めご了承下さい。</p>			
休所日 卓球大会	地域活動支援センター お休み	創作の時間				

【当事者グループ】

グループ名	ひまわりサロン	高次脳機能障害 サポートネットひろしま
日時	3日, 17日 金曜日 14:00~15:30	10日 金曜日 10:00~12:00
場所	サン・シープラザ ドリームキャッチャー, 第2会議室	サン・シープラザ 第3, 第4会議室

## 障害者生活支援センター ドリームキャッチャー

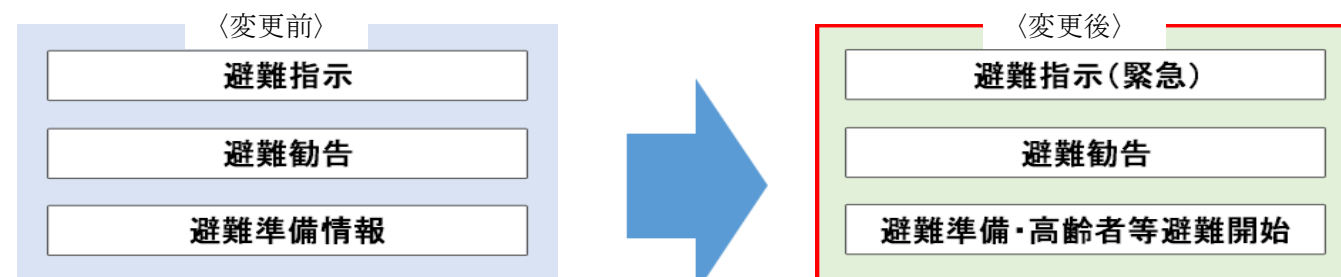
事務局 〒723-0014 広島県三原市城町1丁目2-1 サン・シープラザ 3階  
 電話 (0848)63-3319 F A X (0848)63-3359  
 メール dream-c@m-shakyo.jp ホームページ http://www.m-shakyo.jp/  
 開所時間 9:00~17:30 土曜日 9:00~13:00

### 「避難準備情報」の名称が変更になりました。

平成28年台風10号による水害で、東北や北海道の各地で27の方が犠牲となる災害がありました。岩手県岩泉町では、グループホームに入所されている方9名が全員が亡くなるなど、高齢者の被災が相次ぎました。

それを受け、ご高齢の方、障がいのある方などが適切な避難を開始することを示すため、内閣府が「避難準備情報」を「避難準備・高齢者等避難開始」と平成28年12月26日に名称を変更しました。広島でも平成26年8月豪雨により74の方が犠牲となった災害は、心を痛める出来事でした。自宅や職場等で災害が発生する危険性が高まった場合の避難場所がどこなのか、また、お住いの市町から発令される避難情報等についてもあらかじめ知っておく事やいざという時の避難行動についても家族や支援者と話をしておきましょう。

三原市では、防災ネットワーク主催の「防災体験」が3月20日(月・祝)に行われます。詳しい内容は、別紙を入れてあります。いざというその時に備えて、ご都合のあう方はぜひご参加ください



<p><b>避難準備・高齢者等避難開始</b></p> <p>内容</p> <p>避難に時間を要する人(ご高齢の方、障がいのある方、乳幼児をお連れの方等)は避難を始めましょう。</p>	<p><b>避難勧告</b></p> <p>内容</p> <p>避難場所へ避難しましょう。地下空間にいる人は、速やかに安全な場所に避難しましょう。</p>	<p><b>避難指示(緊急)</b></p> <p>内容</p> <p>避難していない場合は、直ちにその場から避難をしましょう。外出すると命に危険が及ぶ状況では、建物のより安全な場所に避難しましょう。</p>
--	---	--

2月の予定

○障害者なんでも相談(予約が必要です。)

久井(保健福祉センター) 第1水曜日	大和(保健福祉センター) 第1金曜日	本郷(福祉センター) 第3水曜日
1日 水曜日 10:00~12:00	3日 金曜日 10:00~12:00	15日 水曜日 14:00~16:00

○成年後見制度専門相談(予約が必要です。)

毎月第2木曜日 (祝日の場合は変更あり)	9日 木曜日 14:00~16:00	サン・シープラザ 3階 第4相談室
-------------------------	-----------------------	----------------------



詳しい内容や問い合わせ、  
参加の申し込みはスタッフまで。



### ①料理教室は、「はんぺんれんこんバーグ」です。

メニュー：はんぺんれんこんバーグ  
玉ねぎのお味噌汁  
日 時：2月8日（水）10：30～12：30  
締 切：2月6日（月）  
持ってくる物：エプロン、飲み物、ハンドタオル  
材 料 費：300円（登録者以外）



2月の料理教室はドリームキャッチャーでご飯を炊きます。ご飯類は持ってこなくても大丈夫です。

### ②広島県障害者卓球大会・卓球講座について

東広島のスポーツ交流センターで「広島県障害者卓球大会」が開催されます。ドリームキャッチャーでは広島県卓球協会の講師をお呼びし「卓球講座」を行います。参加を希望される方はスタッフまで申し込みください。



～卓球講座～  
日 時：2月22日（水）10：30～12：00  
場 所：ドリームキャッチャー  
講 師：松田益枝さん（広島県卓球協会）

～広島県障害者卓球大会～  
日 時：2月26日（日）9：30～15：30  
場 所：東広島スポーツセンター  
締 切：2月13日（月）  
交通費別途必要：申込時に説明します。

持ってくる物（共通）：ハンドタオル、飲み物／（障害者卓球大会のみ）ラケット、室内用シューズ

### ③施設見学&体験 ～鞆の浦に行ってチクワを作ろう！～

福山市の『阿藻珍味 鯛匠の郷』のちくわ工場を見学し、ちくわ焼き・手焼きせんべい・ふりかけの作成体験を行い、鞆の浦を散策したいと思います。

日 時：3月25日（土）8：30～16：30（予定）  
場 所：阿藻珍味 鯛匠の郷ちくわ工場、鞆の浦  
参加費：体験者1人500円（別途昼食代がかかります）  
対 象：18歳以下の児童とその家族（10歳以下の児童は保護者同伴）  
定 員：30名（先着順）  
締切日：3月16日（木）  
※詳しくは、別途申込用紙をご覧ください。



#### 番外編

～これからの活動予定をチョットご紹介(^o^)/～

マヴィではひまわりサロンさんとコラボして、これから春に向けての企画を準備中です。インドカレー専門店の「タンドール」に出掛けての「食事会」や中央森林公園での「バーベキュー」の開催等・・・今年も色々な行事を予定しています。詳しくはふくし情報でお知らせしますので、みなさん楽しみにしててくださいね！＼(^o^)/

## 2月と言えば・・・。

今年も始まってから、早いもので、1ヶ月が経ちました。2月と言えば、「節分」ですね。今年、2月3日です、この日には、家で「鬼は外。福は内。」と言いながら、豆をまいたり恵方巻きを食べますね。

三原では、「おにのまめ下さい。」と、商店を回る子ども達の姿を見かけます。

本来、節分とは、季節の変わり目である「立春・立夏・立秋・立冬の前日」の事を言いますが、春は一年の始まりとして、とりわけ尊ばれた為、室町時代頃より次第に節分と言うと「立春の前日」のみを指すようになったようです。

また、昔から季節の変わり目は、邪気が入りやすいと考えられていた為、春を迎える前に邪気を払って福を呼び込もうと宮中で行われた行事の一つ「豆打ち」が転じて豆まきとなったと言われていま

す。それから、恵方巻きには、その年の恵方に向かい無言で、良い年でありますようにと願いながら食べる風習があります。

恵方に向かって事を行えば何でも吉とされているので、試しに何かをやってみてはいかがでしょうか？今年、「北北西よりやや北」だそうです。



末清 弘聖

## 1月の活動報告

### 初詣に行ってきました！

1月4日、中之町にある「瀧宮神社」にマヴィで初詣に行ってきました。暖かいポカポカ陽気の中、今年一年良い年でありますようにとお祈りし、神主さんにお祓い（おはらい）をしてもらいました。初詣に出向かれた方はどのような願いをされましたか？



### 三原神明市マメ知識

三原神明市といえば大ダルマですが、現在は平成25年に新調された四代目大ダルマが設置されています。その重さは約500kg！お相撲さんでいえば、幕内力士の平均が150kgといわれているので、その3人分より重くなります。

神明市は室町時代末期から始まったといわれていますが、歴史なども調べてみると神明市がより身近に感じ、楽しむことができるかもしれませんね。

