

# がっよていひょう こころ 3月予定表



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	島田地活:休み あじさい:午後閉所	はぐるま: 牧之原卓球クラブ 13:00~15:00	島田地活:卓球クラブ 13:00~15:00 さがら:食推進さんによる 昼食作り はぐるま:ランチミーティング 10:00~ ドレミ:にじいろ市場	ドレミ:調理	はぐるま:島田地活: フットサルクラブ 13:00~15:00	
8	9	10	11	12	13	14
	島田地活:休み さがら:ミーティング	はぐるま:あじさい: 語ろう会11:00~	島田地活:クラブ運営会議 13:00~13:30 島田地活:こむぎ: いいこと清掃 13:30~14:00 語ろう会14:00~15:00 こむぎ:いなむ: にじいろ市場	ドレミ:調理	はぐるま:島田地活: フットサルクラブ 13:00~15:00 ドレミ:グランドゴルフ 交歓会	
15	16	17	18	19	20	21
	島田地活:休み ドレミ:ミーティング ニコニコグリーン	島田地活:サテライト 10:00~14:30 はぐるま: 牧之原卓球クラブ 13:00~15:00	島田地活:卓球クラブ 13:00~15:00 ドレミ:にじいろ市場	ドレミ:調理	あじさい: 春分の日 あじさい: 養善寺出店販売	島田地活: 家族茶話会 13:00~15:00
22	23	24	25	26	27	28
	島田地活:休み	島田地活:サテライト 10:00~14:30 あじさい:ミーティング	こむぎ:いなむ: にじいろ市場	島田: なないろの会 10:00~11:30 ドレミ:調理	ドレミ:花見	
29	30	31	〈お知らせ〉			
	島田地活:休み	全事業所:午後閉所 (法人研修のため) はぐるま:あじさい: サロン清掃	新型コロナウイルスの影響により、 今後スケジュール等変更になる可能性があります。 ご不明な点は、各事業所にお問い合わせください。			

特定非営利活動法人

# こころ

だい 第169号 2020年3月

<http://www.hcc-kokoro.jp>

- ハートケアセンターこころ (地活)、こむぎ (就B)、  
ことのは (自立生活援助)  
島田市島581-14  
Tel.0547-46-5561 FAX 0547-46-5566
- ワークステップドレミ (就B) 島田市元島田9040  
Tel.0547-37-7865 FAX 0547-32-9309
- りなむ (就B) 島田市金谷中町2100-1  
Tel.0547-46-1687 FAX 0547-45-5165
- さがら作業所 (就B) 牧之原市菅ヶ谷219-1  
Tel.0548-52-7447 FAX 0548-28-6622
- はぐるま (地活)・あじさい (就B)  
牧之原市細江701-4  
Tel.0548-22-5529 FAX 0548-23-9340
- 相談室こころ (島田市、牧之原市、吉田町)

## はつ 初の “こころ市in さがら” を開催しました

来場者数100名を目標にさがら作業所で初の冬のイベント『こころ市in さがら』を開催しました。当日は天候にも恵まれ予想を上回る約150名の皆さまにご来場いただき、大いに賑わいました。

『さがらのお菓子人気投票』では“ホワイトロッシェ”が“米粉と梅の和パウンド”と2票差でNo1に輝きました。ご協力いただいた皆様、そしてご来場いただいた皆様本当にありがとうございました。



### なないろ短歌

挑戦し 勝てど負けども どちらでも  
得られるものは 唯一の価値

### 四季を楽しもう

Q 春分の日の昼と夜の時間の長さは?  
A1 昼 > 夜 A2 昼 < 夜  
A3 昼 = 夜

春分の日は、二十四節気の一つで、太陽が真東から昇って真西に沈み、昼と夜の長さが等しくなる日です。

## Instagram 目指せ100人

皆さん、ゆめちからの会のInstagramを、見て頂けましたか？  
随時、こころの自主製品に関連する記事をアップしています。  
ぜひ、チェックしてみてください↓↓  
NPO法人こころ「ゆめちから」  
npokokoroyumethikaranokai

## かぞくかいらいしょ 家族会来所

2月12日、ピアサポーターの現状を学ぶため、志太様原圏域にある4家族会が、こころに来所されました。

充実した時間で、リカバリーストーリーも発表できて良かったです。ピアスタッフ



# かつとう いいこと活動 2019

セミナーでの「いいことすればいいんだよ」という言葉を聞いて、  
「私たちの地域のために何かいいことをしよう」  
「支えられるだけが自分たちじゃない」と始まった“いいこと活動”も

8年目を迎えました。

各事業所で取り組んだ活動を報告します！

ドレミ

ドレミが、引っ越して4年。地域の方たちに少しでも理解していただくことと日頃の感謝の気持ちを込めて、多くの方が幅広く利用される元島田公園内のゴミ拾いを始めました。

今年度も月1回のペースで行って来ました。小さな子どもさんが利用するスペースに危ないものが落ちていないように自配りしますが、今でもタバコの吸い殻が落ちているのを見つけると悲しくなります。けれど、グランドゴルフを行っている方たちとあいさつを交わす時間は、さわやかなひとときを味わうことができます。

「継続は力なり」

これからもコツコツと続けていきます!!



さから

さからでは、今年度も「エコキャップ集め」と「団地の通路の草取り」を行いました。エコキャップ集めは、年々回収量は増え、洗浄するのが大変でした。ミーティングを通して、多くの方にこの活動が認知されてきたことに気付きました!! 今後の活動について、みんなで話し合っていきたいです。



エコキャップ

380 kg

(ワクチン 209人分)

集まったベルマーク

2,690.6点



りなむ

りなむでは、日頃から販売などで繋がりのある地域のために何か役に立ちたいと駅前通りのごみ拾いを行っています。活動に参加して「きれいになって気持ちいい」という感想や「たくさんごみを拾えてよかった」という達成感も味わうことができました。お天気の良い日だったので、気持ちも体もほかほかになりました。

はぐるま・あじさい

今年度は、静波海岸の清掃とエコキャップ回収を行いました。海岸清掃に向けてごみ分別の勉強会も行い“環境にもいいこと”を実践できました。



エコキャップ

95 kg

(ワクチン 48人分)

しまじぎょうしょ 島事業所(こむぎ、しまだちかつ 島田地活)

新しい活動も増え、パワーアップした今年度のいいこと活動。「地域のために何か新しいことをしたい」という思いの中、地域の広報誌に載っていた花のボランティアを自分たちで見つけ参加しました。一つ一つの活動を振り返りながら、地域の為の自分たちのできるいいことについて考える機会となりました!



エコキャップ

235 kg

(ワクチン 118人分)

