

# ほっとひと息

NO.18 令和2年 2月

ほっと福祉会 本部  
福岡市東区香椎駅前2丁目1-17 麻生ビル4F  
TEL : 092-681-1202

## ふきのとうまつりのお知らせ

日時：令和2年3月29日(日)  
10:30~14:30  
(雨天決行)

場所：ふきのとう  
福岡市東区名島4丁目2-26  
電話：092-682-4271

今年も、カレーや豚汁、クッキー等の軽食と古着や雑貨等の販売も行います。

ふるは一との手作り焼き菓子・手芸の販売もあります！

詳しくは、ほっと福祉会のホームページをご覧ください！

## 新事業のお知らせ

昨年11月より、喫茶ほっと・ふきのとうが多機能型事業所となり、新しく自立訓練(生活訓練)を初めました。

自立訓練(生活訓練)とは、生活している中で困りごとを様々なプログラムを通して、できるように訓練するものです。

料理が苦手な方には、包丁の使い方や簡単レシピで料理を一緒に行ったり、外出支援では一緒に買い物や、志賀島までドライブ行ったりしています。

次号で近況報告をします。

詳しくは、各事業所にお問い合わせ下さい。

## ハートメディア・みんなの集いに行ってきました！



2月8日(土)になみきスクエアでハートメディア・みんなの集いが行われ、多くの方が来場されていました。

コンサートや作品展では、当事者の方のすばらしい発表や作品にパワーをもらいました！！

講演会では、ご自身の体験談を踏まえた貴重な話に涙する方もいらっしゃいました。一緒に行った利用者さんも「すごくよかった。勉強になった。」と話されていました。

ほっと福祉会は、ふれあいバザーに喫茶ほっとがお菓子の販売をさせていただき、こころで創る作品展に、各施設の利用者の方から募集した素敵な絵や作品を展示させていただきました。また、当日スタッフとしても参加させていただきました。





## 多機能型事業所 「喫茶ほっと」

就労継続支援B型事業所・自立訓練（生活訓練）

多機能型事業所 喫茶「ほっと」

東区香椎駅前2丁目1-17 麻生ビル1F

TEL/681-1959 FAX/681-1969

冬も寒さを増し、雪が降る季節になりましたね。

まだまだ、春の気配は遠いようでほっとの皆さんも厚着をして来所されています。

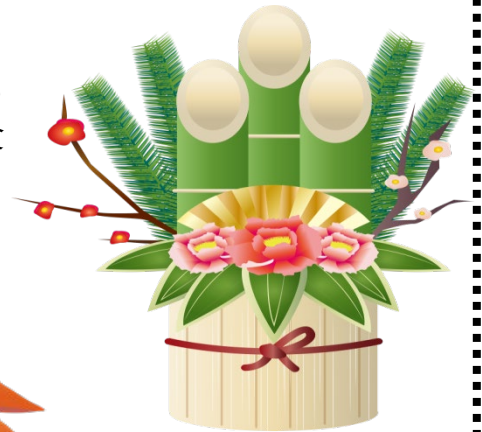
さて、今回喫茶ほっとでは、新年を迎えたということで新年会を行いました！

肉や魚など、食べたいものの意見は多く飛び交いましたが、そのどちらの希望をかなえて皆で食べに行ける所となると中々限られてきます。そこで出てきたのは、みんな大好きお寿司です！

今年もほっとの新年会は香椎のくら寿司で行われました。

年末年始のお休みで、皆さんとしばらく会わなかったこともあってか、いつも以上に賑やかさがありました。みなさんと食べに行くご飯はおいしいですね！

春にもイベントを予定していますので、楽しみにしていてくださいね^^



## 多機能型事業所 「ふきのとう」

就労継続支援B型事業所・自立訓練（生活訓練）

多機能型事業所 「ふきのとう」

東区名島 4-2-26

TEL/682-4271

FAX/682-4271



ふきのとうで年明け一番の行事は何かと聞かれたら、やっぱり『鏡開き』と答えるでしょう。お正月に、お餅をたくさん食べた人も、食べなかった人も、ふきのとうで、ふきのとうのメンバーと同じ釜の飯、いえ、同じ鍋のぜんざいをワイワイ食べると、おいしくなるから不思議です。ぜんざいで、「ワンチーム」ですね。

今年は北海道十勝産の、ピカピカのあずき小豆(800g入り)を2袋使用し、合計で1,6kgものあずき小豆をコトコト煮込んで、大きなお鍋いっぱいのぜんざいを作ることが出来ました。

お餅はホットプレートで焼きましたが、

最初一杯目はお椀に2個ずつ入れて食べてもらい、

その後、お代わりをしたい人は、セルフでお餅を焼いてもらいました。

甘くて、香ばしくて、温かいぜんざいをいただいて、

一同心も体も満ち足りた一日でした。





2020 年は、東京五輪の年ですね。ふるはーとのメンバーは、スポーツが好きな方が多いです。皆で熱い声援を送りましょう。今年も「自分たちのペースで無理をせず、頑張ること」を目標に健康で過ごせるといいですね。今年も地域の皆様と共に活動をおこないます。宜しくお願いします。

活動報告：(クリスマス会 ～ カラオケ・ボーリング)

2019 年 12 月 25 日 (水)

14 名のメンバーが参加されました。食事は、昨年好評だったトマト鍋と寄せ鍋・豆乳鍋がメイン料理でした。夕方は、喫茶ほっと職員さんとふるはーとのお菓子担当者がスポンジーケーキ製作からデコレーションまで手作りしたフルーツケーキを楽しみました。午後は、カラオケとボーリングの 2 組に分かれて活動をしました。今年も色々な活動を計画・実行します。

感想：

ボーリング；「去年よりスコアが伸びて嬉しかった」

「皆で行く機会があって楽しかった」

カラオケ；「久しぶりに歌って、お腹もいっぱいになって大満足でした」



グループホーム 「四季の家」

グループホーム「四季の家」

東区和白 1-9-23 古賀コーポ 106 号

TEL/FAX 608-2880



グループホーム 「ほっと<sup>2</sup>」

グループホーム「ほっと<sup>2</sup>」

東区香椎駅前 1-27-28 第 2 木下ビル 102 号

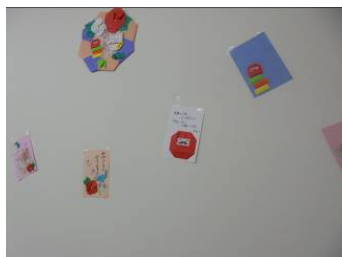
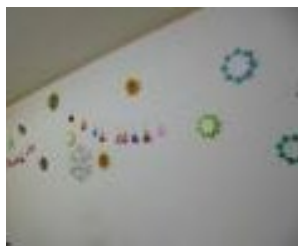
TEL/FAX：673-1076

遅くなりましたが新年明けましておめでとうございます。昨年は大変お世話になりました。本年もよろしく願いいたします。



グループホームではハロウィンの日の夕食にパンプキンシチューが  
出ました🍷 折り紙の手作りかぼちゃ箱にお菓子を  
入れました～

クリスマスの日の夕食はピザやスパゲッティや  
タピオカドリンクやケーキが出ました！



ほっと<sup>2</sup>の食堂の壁には 12 月は  
クリスマス、1 月は年賀状のはがき  
のようなデザインの飾りつけでした





### センターからのお知らせ

- ・ 3月20日は祝日のため閉所致します。
- ・ 4月25日は、行事の為、外出以降は閉所します。

## 教室のご案内

事前に申し込みをお願いします！！

### ～絵はがき教室～

日時：3月18日（水）15時～16時

参加費：無料

※申込期限：3月13日（金）

日時：4月15日（水）15時～16時

参加費：無料

※申込期限：4月10日（金）

（作品を持ち帰る場合は1枚10円）

その他のサークルについては  
カレンダーをご参照ください。

## イベントのお知らせ

### ★3月3日（火）

- ・ ささやかながら、ひな祭りにちなんだものを企画しています。

### ★3月28日（土）花見 14:00～（仮）

- ・ 開花予報や天候の状況に応じて、日時を決定しています。

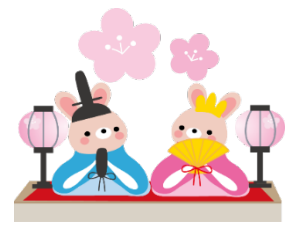
### ★4月25日（土）福岡市動植物園

- ・ 入場料：¥600（障がい者手帳保持者は無料。同伴1名含む。）
- ・ 交通費：往復¥840（障がい者割引：¥660）
- ・ 昼食代：自己負担

詳細はセンター掲示物や電話等でご確認下さい。



12月は、「クリスマス会」を行いました。昼食は、参加者と天ぷらやサラダ等沢山の品数を作り、美味しく頂きました。クリスマス会では、歌やマジック等多くの出し物を披露して頂き、楽しい会となりました。1月は、「初詣」「お餅を焼こう」「七草会」を行いました。初詣は、香椎宮まで参拝に行きおみくじを引いて今年の運勢を占いました。大吉を引いている方も多く、運気の良い一年を過ごせそうです♪お餅を焼こうは、きな粉や醤油等、それぞれ好みの味を楽しみました。七草会は、前年と同様に利用者の方中心となっておかゆを作りました。シンプルな味付けで食べやすく、おかわりをされている方も多かったです。次回の行事もご参加お待ちしております。



# ピアひがし 3月のカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
休所	休所	チャレンジクラブ 11:00～13:45 エクササイズDAY 14:00～15:00 音楽サークル 16:00～17:00	楽しく語ろう会 14:00～15:00	散歩サークル 14:00～15:00	チャレンジクラブ 11:00～13:45  エクササイズDAY 14:00～15:00	ボランティア清掃 16:00～16:30
8	9	10	11	12	13	14
休所	休所	チャレンジクラブ 11:00～13:45  エクササイズDAY 14:00～15:00	楽しく語ろう会 14:00～15:00	散歩サークル 14:00～15:00	チャレンジクラブ 11:00～13:45  エクササイズDAY 14:00～15:00 <u>絵はがき教室申込〆切</u>	カラオケサークル 14:00～15:30
15	16	17	18	19	20	21
休所	休所	チャレンジクラブ 11:00～13:45 エクササイズDAY 14:00～15:00 音楽サークル 16:00～17:00	楽しく語ろう会 14:00～15:00  絵はがき教室 15:00～16:00	散歩サークル 14:00～15:00	<b>臨時休所</b>	ボランティア清掃 16:00～16:30
22	23	24	25	26	27	28
休所	休所	チャレンジクラブ 11:00～13:45  エクササイズDAY 14:00～15:00	楽しく語ろう会 14:00～15:00	散歩サークル 14:00～15:00	チャレンジクラブ 11:00～13:45 エクササイズDAY 14:00～15:00 パソコンサークル 15:30～17:00	花見(仮)
29	30	31				
休所	休所	チャレンジクラブ 11:00～13:45 エクササイズDAY 14:00～15:00				

※行事の詳細は、後日センターでお知らせ致します。

不明な点等ございましたら電話等でもお問い合わせください。

※3月3日(火)に看護実習生が3名来られます。

# ピアひがし 4月のカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			楽しく語ろう会 14:00～15:00	散歩サークル 14:00～15:00	チャレンジクラブ 11:00～13:45  エクササイズ DAY 14:00～15:00	ユーザー会議 14:00～15:30
5	6	7	8	9	10	11
休所	休所	チャレンジクラブ 11:00～13:45 エクササイズ DAY 14:00～15:00 音楽サークル 16:00～17:00	楽しく語ろう会 14:00～15:00	散歩サークル 14:00～15:00	チャレンジクラブ 11:00～13:45 エクササイズ DAY 14:00～15:00  <u>絵はがき教室申込〆切</u>	カラオケサークル 14:00～15:30  ボランティア清掃 16:00～16:30
12	13	14	15	16	17	18
休所	休所	チャレンジクラブ 11:00～13:45  エクササイズ DAY 14:00～15:00	楽しく語ろう会 14:00～15:00  絵はがき教室 15:00～16:00	散歩サークル 14:00～15:00	チャレンジクラブ 11:00～13:45  エクササイズ DAY 14:00～15:00	ボランティア清掃 16:00～16:30
19	20	21	22	23	24	25
休所	休所	チャレンジクラブ 11:00～13:45 エクササイズ DAY 14:00～15:00 音楽サークル 16:00～17:00	楽しく語ろう会 14:00～15:00	散歩サークル 14:00～15:00	チャレンジクラブ 11:00～13:45 エクササイズ DAY 14:00～15:00 パソコンサークル 15:30～17:00	<b>福岡市動植物園</b>
26	27	28	29	30		
休所	休所	チャレンジクラブ 11:00～13:45  エクササイズ DAY 14:00～15:00	<b>臨時休所</b>	散歩サークル 14:00～15:00		

※行事の詳細は、後日センターでお知らせします。

不明な点等ございましたら電話等でもお問い合わせください。

※パソコンサークルは、第2・第4木曜日 15:00～17:00 から

第4金曜日 15:30～17:00 に変更となりました。

