

サークル② 調理サークル (担当:木村職員)



調理サークルは、参加メンバー全員が1回目を終了しました。1回目は、焼うどんです。左上写真は、メンバーが作りましたよ♪右上写真は、メンバーが調理しているところです。自分のものは自分で作りしました。みんな、ちょうどよい味だと言っていました。1チーム2～4名構成なので、自分の調理台、自分の調理道具を準備し、洗って除菌してから使います。調理・食事後は、左下の写真みたいに、洗って除菌して返却しました。



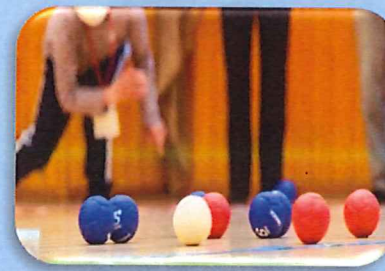
希望ヶ丘地区センターの職員から「みんなの掃除チェックをすると、いつでも素晴らしくきれいになっているから、うれしくなってしまう。地区センター職員の中では評判になっています」と言っていましたよ。

調理サークルは、自炊を自指し簡単な調理を行なって食べることに興味のある人は是非どうぞ！

会場：希望ヶ丘地区センター料理室(コロナの影響を考え少人数で行ないます)
開催頻度：1回目…6～8月のいずれか1日(火曜日か土曜日) *1回目終了 *2～4名で1チーム
2回目…11～2月のいずれか1日(火曜日か土曜日)

サークル参加のルール：
①会場予約都合により、サークル活動日確定が、火曜日希望の人はサークル実施の2ヶ月前の月末、土曜日希望の人はサークル実施の約1ヶ月前にメールを送ります。(1ヶ月に予約できる日数に限りがあるため)決まったら日程をメールで配信します。その配信で日程がわかるということでも大丈夫な方に参加をお願い致します。
②衛生面を重要視した持ち物(マスク着用、エプロンと三角巾またはスカーフで髪を束ねられるもの)を持ってきてください。会場は清掃必須となりますので、清掃改善を求められたときには指示に従ってください。
③けがや事故があったときの処置対応が不十分です。一度も刃物(包丁・ピーラー・カッター)を触ったことがない人はご遠慮ください。

サークル③ ボッチャサークル (担当:濱職員)



優しい運動をしながら、スポーツを楽しめます！！
会場：スポーツセンター体育館(センターで行う可能性もあります。)
開催頻度：6月、9月、12月、3月(土曜日開催予定)
開催時間：集まる人数によっては、午前・午後開催を変更いたします。

サークル参加のルール：

- ① ボッチャのルールを理解できる人が参加出来ます。
- ② 体調の自己管理が出来る人は参加してください。
- ③ 団体競技なので、自分勝手な行動をした場合には、帰宅していただきます。
- ④ 会場に直接来ることが出来る人(白根地区センター・旭スポーツセンター)



実施報告

7月の8日と22日の土曜日に白根地区センターの体育館を借りて練習を行ないました。参加者総当たりでの試合も行ないルールを含めてボッチャに慣れ親しんでいました。

今後の活動について

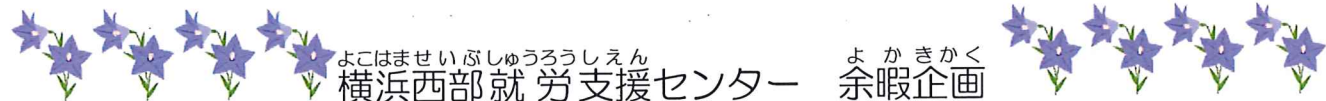
体育館を借りるため現状で日程をお伝えできませんが、10月の土曜日に活動を予定しています。原則として土曜日の午前中を活動日にしています。その後も体育館の使用が出来れば年度内に1回の活動を予定しています。サークル活動なので、後々には、対外試合や大会の出場を目指していきたいと考えています。

よこはませいぶしゅうろうしえん
横浜西部就労支援センター 通信

だいごう
第25号

はっこう しゃかいふくしほうじんどうあいかい よこはませいぶしゅうろうしえん
 発行 社会福祉法人同愛会 横浜西部就労支援センター

よこはましあさひくかしわちよう かしわ
 〒241-0835 横浜市旭区 柏 町 36-15 柏 ハーモニビル 202



ぼしゅう かつどうほうこく
サークルメンバー募集と活動報告

かつどう
○サークル活動ってなに？

ふだんじごと いそがしい ひびをおく 普段仕事で忙しい日々を送っているみなさまに、きぶんてんかん ころ 気分転換や心のリフレッシュを兼ねて、余暇サークルを企画し、現在3つのサークル活動を行なっています。これをきっかけに新たな趣味や仲間を増やしてみませんか！？自分の好きなサークルに申し込むもよし、参加しないのもよし。気になるサークルがあれば是非ご応募ください。横浜西部就労支援センターサークル全体のやくそくこと べっし きさい 約束事が別紙に記載してあります。他に、サークルごとに約束事がありますから、ご確認くださいね。

さんか
○どうすれば参加できるの？

みぎ うらめん かつどうあんない しゅしんほうこく けいさい
 右のページ・裏面のページにサークル活動案内と写真報告を掲載しています。それを見て、興味があるサークルがあれば、9月18日(祝・月)までにEメールで seibushuurou@gmail.com 宛に、「参加希望サークル名、自分の名前」を記載いただき申し込んでください。メールが届きましたら当日、もしくは翌日にメールで返信させていただきます。万一、メールを送ったのに返信メールがなかった場合は、申し込みメールが届いていないということになります。その場合は、宛先のメールアドレスを再度確認、入力送信をしてください。申し込むサークルは、いくつでも参加可能ですが、人数によっては抽選になることもあります。ご了承ください。今年度、すでに申し込みしているサークルは再度申し込む必要はありません。初申し込みの方は、参加する前に事前説明会を行ないますので、そこで参加の打ち合わせや質問等が出来ます。

たんとう ちよう
サークル① ウォーキングサークル (担当:山田センター長)



けんこうじゆいじ きせつ うつ たの ころえんない
健康維持のため季節の移ろいを楽しみながら公園内をウォーキングしましょう！！

また正しいウォーキングの仕方を学び、日々の生活の中でも気軽に運動をする機会を増やしていきましょう。

じつしほうこく
【実施報告】

5月27日(土)に第1回目のウォーキングサークルを実施。11名の方が参加をしてくれました。天池公園のレストハウスでオリエンテーションを行ない、正しいウォーキングの仕方をレクチャー。その後公園内外周をウォーキングしました。1時間程度のコースではありましたが、アップダウンもありましたので、いい有酸素運動が出来ました。

こんごのよてい
【今後の予定】

開催頻度: 2回目…8月平日「夏を歩こう」 3回目…10月平日「秋を歩こう」 4回目…2月平日「冬を歩こう」
 開催時間: 10:00～11:00(1時間程度を予定)
 開催場所: 旭区内の公園を予定

さんかのルール:
サークル参加のルール:

- ① 少雨決行、雨天中止
- ② ゴールまで皆でウォーキングする。ついて行けない場合、職員の相談してください
- ③ 夏は水分補給、冬は防寒対策など健康対策を
- ④ 食べ歩き厳禁。飲水のみ可

※平日開催があります。土日休みの勤務の方は事前に有給申請をしてご参加下さい。

