

けやきと仲間 めーる



こころの病を持つ人たちが安心してくつろげる地域の居場所 地域活動支援センター けやきと仲間

けやきと仲間に吹いている新しい風!

貴方がまだまだ知らないさわやかな風! 貴方の心を癒す暖かな風!
プログラムは充実満載、事務所すっきり。新しい風は新しい居場所で吹いています。
事務所に来たら、きっと何かを感じる? 感じた心に、ハイタッチ!!

(理事長 宮本博文)

＼新生けやき／

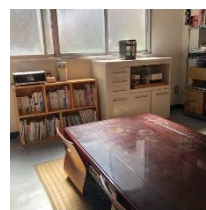


生まれ変わったけやきです。見違えるように、広く明るくなりました。不用品を処分し、書類を整理し、床もピカピカに磨きました。連日ご協力下さったみなさん、本当にありがとうございました! 特に大変だったのは、書類の仕分けと大きなものの廃棄でしょうか。(まだ若干残っています。)



一人で集中したい時は窓際のこの席でどうぞ。目の前には教会が見えます。

仲間との歓談や囲碁将棋などはこちらで。



床に座ると、なんでこんなにくつろげるのだろう。

そして、実にいろんなモノが発掘されました(笑)。でもそれも、これまで長きにわたってけやきが活動してきた証。メンバーの思いや先輩方の努力に敬意を表しつつ、これから新たなけやきを一緒に創っていきましょう。

＼活動報告／

【8/16 納涼会】

20名が参加しました。メンバー特製ヤキソバや、チヂミ、水ようかん、スイカ、かき氷など美味しいものがいっぱい並びました。ウクレレの演奏に合わせて



美味しいヤキソバ
ありがとう



みんなで踊ったり歌ったり♪最後はビンゴ大会

で盛り上がりました。笑顔があふれる楽しい夏の思い出になりました。



【7/28 どんぐりクッキー販売】
千葉駅前大通りでマルシェに出店。売上は10600円でした。



【8/15 女子会】話の花が咲きました。外部のカフェに掲示していたチラシを見てきてくれた方もいました。やったね!



【8/14 けやきニュース編集会議】次々とアイデアが出てきました。進化するけやきニュースです



【8/17 英語Enjoy shortplay!】人気の海外ドラマを見て学びました。教科書にはない大人な会話に興味津々ですW

投稿お待ちしております。エッセイ、イラスト、写真、クイズ、川柳、マンガなんでもOKです。サークルの仲間募集など、情報交換の場としても活用してくださいね。



『AI知能』 佐藤奈緒さん

ラスターレイヤーを駆使して、難しめにしました。

『시작이 반이다 जिजागिबानिडा』 (始まりが半分だ。)

どんなに難しいことでも、まずは始めてみましょう。不思議と、やっていることに夢中に、楽しくなれますよ。もちろん、疲れてしまう前に、たっぷりお休みを。始めてしまえば、半分できたようなもの という意味でした。

(けやき太郎さん)

—居場所って？ 僕が思う、プチ居場所論—

安心できる、ホッとする、自分の思いを表現できる。だから物理的な場所だけではなり得ない。ただ、絶対的な居場所っていうのもない。だから、なるべく複数あったほうがいいし、使い分け出来るのも大事。その分、場所によって自分のキャラクターが変わる、変えてる、合わせてることもあるかもしれない。上手くフィットしてない感===居場所じゃない感、もいえる。

自分のアイデンティティを担保してくれる集団というのも、失敗しても戻れる場所という要素もとても大事だと思う。

ここまで表現を言い換えて述べてきましたが。「居場所」ってテーマでみんな話せるといいかとも思いました。あなたにとっての居場所とは？
(third-arkさん)



『夏空にそびえ立つ』 Y.T.さん のびのびと枝を広げるけやきがまぶしい。

仲間募集！

けやきと仲間のメンバーになって一緒に活動しませんか？ 見学・体験いつでもどうぞ。お気軽にお問い合せください。

<けやきと仲間 め～る 第221号>

発行場所： 地域活動支援センター けやきと仲間
千葉市中央区松波2-5-9-2F T&F 043-377-0738
keyakitonakama@gmail.com
発行者： 田嶋 夕紀

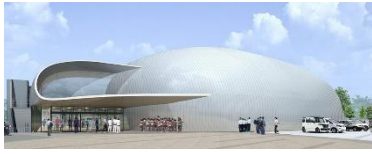


Instagram

＼お知らせ & 参加者募集／

ディライトフルフェスタ 9月27日(水)

千葉公園総合体育館「YohaSアリーナ」(千葉市中央区弁天4-1-2)



JR「千葉駅」から徒歩15分 千葉都市モノレール「千葉公園駅」から徒歩6分

バレーボール2チーム ○ケヤッキーズ ○流れ星

ボッチャ3チーム ○ガラス窓 ○Windows2023 ○風がふいている

○×クイズ、レクダンス、見学、応援は、当日参加OK! どなたでも参加できます。

【参加費】無料 (NPOの会員にはお弁当が出ます。) 【持ち物】くつ、飲み物、お弁当(非会員)

メンバーミーティング に参加してください。

みんなで意見を出し合っ、よりよい けやきを一緒につくろう! 行きたいところや、やってみたいことはありますか?

また、土曜日にけやきを開くことも検討しています。みんなの意見を聞かせて欲しいです。

■9月6日(水) 13:30~15:30

けやきニュース編集会議

(秋の行楽は何がいい?)

■9月19日(火) 10:10~12:00

今後のプログラムについて

[園芸プログラム]

けやきの畑にあるプラムの木 の下でランチを食べましょう

コロナ禍でここしばらく、ランチを食べることは控えていましたが、9月から再開します。

畑の作業のあと、心地よい風を感じながらみんなで食べるご飯は最高!

もちろん、ランチタイムだけの参加もOKですよ。

※食べるものは各自ご持参ください。

西千葉 第三土曜日

9月16日(土) 11~14時

おやつの販売に加えて、けやきの大掃除で出た不用品のバザーも予定しています。こども向けのゲームなんかもできたらいいな。アイデア募集中です。少しの時間でもいいので、お手伝いに来てください。

けやき健康プロジェクト!

『体力測定』します。

10月13日(金) 13:30~16:00

千葉県総合スポーツセンター

スポーツ科学センター

千葉市稲毛区天台町323 tel 043-290-8501

からだの固い人いませんか?! 筋力ない人は! ?

心の安定には、身体づくりも大切な要素です。

これからも、けやきは健康づくりに力を入れていきます。

測定の後には、各自に合ったトレーニングのアドバイスしてもらいましょう。けやきでもできる運動メニューも教えてもらって、みんなでやってみよう!

参加費: 無料 申し込み締め切り 10/6

持ち物: 室内用運動靴、トレーニングウェア、タオル、飲み物

[内容: 身長、体重、血圧、脈拍、長座体前屈、全身反応時間、垂直とび、反復横跳び、上体お越し、背筋力、握力、肺活量、最大酸素摂取量、併願片足立]

みなさんのお話を聞かせて ください。

~施設長 田嶋より。

メンバーのみなさんのことをもっと知りたいのでお話を聞かせてください。今後のけやきの活動を考える上でも、なるべくみなさんのニーズに合わせていければいいなと思っています。みなさんの思いや生活上の悩み、将来のビジョンなどなんでも聞かせてください。こちらからの訪問したり、お電話でも大丈夫です。順番に声をかけますので、その時はよろしくお願ひします。

<お願い>

メールを利用している方は、けやきからの連絡用に登録していただくと嬉しいです。QRコードを読み込むか、以下のアドレスにメールを送ってください。

keyakitonakama@gmail.com

