



ほっとスマイル 1月号



発行者:社会福祉法人 翠睦福社会
 障害者地域生活支援センター ほっと 
 〒761-0443 高松市川島東町1914番地1
 TEL:087-840-3770
 FAX:087-840-3769
 MAIL:hot3770@shirt.ocn.ne.jp
 障害福祉サービス事業所 かわしま 
 〒761-0443 高松市川島東町1914番地5
 TEL:087-848-3611
 FAX:087-848-3779
 MAIL:suikawa3611@shirt.ocn.ne.jp
 HP:http://suibokufukushikai.jimdo.com/



謹んで新春のお慶びを申し上げます。



新年あけましておめでとうございます。
 旧年中は大変お世話になり『かわしま』『ほっと』一同心より御礼申し上げます。
 さて、昨年末『かわしま』の修繕工事を行い外観が一新しました。建物同様、新しい気持ちで新しい事にも挑戦し、かつ初心を忘れず、誠心誠意努力させていただき所存でございます。
 末筆ながら皆様のご健康とご多幸を心よりお祈りし、新年のご挨拶とさせていただきます。

社会福祉法人 翠睦福社会 職員一同



■ □ お知らせ □ ■

ピア相談

日時: ① 1月12日(水) ※予約済
 ② 1月28日(金)
 場所: ほっと相談室 または 自宅

相談は予約制となりますので「ほっと」までご連絡ください。
 予約の際に受付票を記入して頂きますのでお願い致します。
 相談人数は1日1名。
 相談時間は13:30~15:00の間でおひとり30分です。

歩いて初詣 in 松宇神社

ほっとから約900mの場所にあります。
 散歩がてら一緒に初詣に行きませんか。

日時: 1月5日(水) 13:30 出発

※予約制です。
 雨天の場合は中止させていただきます。

調理プログラム

さぬきの郷土料理あん餅雑煮を食べながらお茶会を開催します。昔はお雑煮を食べると神様のパワーをもらえると言われていたそうです。パワーを付けて幸先の良い新年のスタートをしましょう。

日時: 1月26日(水) 13:10 ~
 メニュー: あん餅雑煮
 費用: 380円程度



※予約制です。申込みメ切・キャンセルは1月21日(金)です。

新年の抱負

- ☆ケガなく、作業をがんばりたい。(Mさん)
- ☆施設外作業をがんばり工賃を上げたい。(Y.N)
- ☆毎日、作業所に通所できるように頑張りたい(S)
- ☆コロナがおさまってきたら旅行をしたいと思う。昨年以上に自転車でいろんな所へ行きたいと思う。(A)
- ☆今年は移行へ行って就職したい!!今年こそやるぞ!!!(M・F)
- ☆来年元気で通所できたらいいです。(M)
- ☆しんどくならない程度にぼちぼち仕事したいです。(Y.H)
- ☆来年トラ年なので又作業に頑張ります。(K.M)
- ☆段ボールでがんばり、健康で元気でかわしまにかよいたいです(H.M)
- ☆健康、体調を崩さずかわしまに通所すること。一人暮らしができるように!!(77)
- ☆おだやかで静かな年でありたい。(H.Y)
- ☆どんな事でもけいぞくしてできるようにしていきたいです。(K.I)



今月の作品展



手帳を持ってお出かけしましょう vol.3

障がい者手帳

このコーナーでは精神障害者保健福祉手帳の提示で無料サービスや割引のある施設で、この時期特にお薦めの場所をご紹介します。今回は、映画館をご紹介します。

映画館

場所

- 高松市
 - ・高松ソレイユ・2
 - ・イオンシネマ 高松東
- 綾歌郡綾川町
 - ・イオンシネマ 綾川
- 綾歌郡宇多津町
 - ・イオンシネマ 宇多津

料金

大人1800円→手帳の提示で本人と付き添い2名まで1,000円

人気の映画

- 『あなたの番です 劇場版』
- 『ヴェノム:レット・ゼア・ビー・カー・ネイジ』
- 『ミラベルと魔法だらけの家』

※12月中旬の時点では上映しておりますが1月には終了している可能性があります。行かれる前に上映スケジュールをご確認ください。



投稿

山田海岸

ここは、東かがわ市の海水浴場である、山田海岸です。

ベッセルおおちという温泉の近くにあります。

すごく風光明媚なビーチで、夏には多くの海水浴客やキャンパーで賑わいます。

SUPなんかもできるようですね。

この日は秋晴れで抜けるような空の天気で、海も穏やかでした。

さらさらの砂を踏みしめて、ゆっくりと波打ち際を歩きました。



【15行15列の魔方陣】

N.M

122	139	156	173	190	207	224	1	18	35	52	69	86	103	120
138	155	172	189	206	223	15	17	34	51	68	85	102	119	121
154	171	188	205	222	14	16	33	50	67	84	101	118	135	137
170	187	204	221	13	30	32	49	66	83	100	117	134	136	153
186	203	220	12	29	31	48	65	82	99	116	133	150	152	169
202	219	11	28	45	47	64	81	98	115	132	149	151	168	185
218	10	27	44	46	63	80	97	114	131	148	165	167	184	201
9	26	43	60	62	79	96	113	130	147	164	166	183	200	217
25	42	59	61	78	95	112	129	146	163	180	182	199	216	8
41	58	75	77	94	111	128	145	162	179	181	198	215	7	24
57	74	76	93	110	127	144	161	178	195	197	214	6	23	40
73	90	92	109	126	143	160	177	194	196	213	5	22	39	56
89	91	108	125	142	159	176	193	210	212	4	21	38	55	72
105	107	124	141	158	175	192	209	211	3	20	37	54	71	88
106	123	140	157	174	191	208	225	2	19	36	53	70	87	104

集合: $N = \{1, 2, 3, \dots, n, n+1, \dots, 225\}$

記号の場合
5行5列

β	δ	α	γ	ε
γ	ε	β	δ	α
δ	α	γ	ε	β
ε	β	δ	α	γ
α	γ	ε	β	δ

α : アルファ
 β : ベータ
 γ : ガンマ
 δ : デルタ
 ε : イプシロン

地域生活支援センター ほっと カレンダー



2022 年 1 月

日	月	火	水	木	金	土
<利用できる時間> 月～金 9:00～17:00 第1・3・5土13:00～17:00 (祝日と重なった場合は閉館します) 第2・第4土曜日・日曜・祝日は休館			29	30	31	1 元旦
2	3	4	5 *初詣* 松宇神社 13:30	6 ヨガ 9:30 書き初め 13:30	7	8
9	10 成人の日	11	12 *ピア相談* 13:30 	13 ヨガ 9:30 	14	15 13:00～17:00
16	17	18 絵手紙 13:30 	19 ボッチャ 13:30 	20 ヨガ 9:30 	21	22
23	24	25 健康体操 13:30 	26 *調理* あん餅雑煮 13:10 	27 ヨガ 9:30 	28 *ピア相談* 13:30 	29 13:00～17:00
30	31	1	2	3	4	5

*印のあるものは予約制です。「新型コロナウイルス感染症に対する香川県対応方針」が「感染予防対策期」(11/20～)になったので調理のプログラムを再開しています。コロナの感染状況等によりプログラムは変更になる可能性もありますので、事前に確認をお願いします。

【編集後記】香川県の江戸時代の特産品は「讃岐三白(さんぱく)=砂糖、塩、綿」。砂糖は高級品だったため餅の中にあんこを隠して食べようとあん餅雑煮が生まれたとされているそうです。具材の金時人参は日の出を、大根は水鏡、青海苔は海を表現しているそうです。味噌とあんこが絶妙に合い、癖になる美味しさです。



<スタッフが出席した会議> <ほっと・かわしま>

- 11月29日 第1回高松圏域自立支援協議会 B型事業所連絡会 <本多>
- 12月6日 高松圏域自立支援協議会 相談支援部会 WG <福本>
- 12月10日 高松圏域自立支援協議会 運営会議 <遠藤>
- 12月13日 令和3年度 障害者虐待防止研修 <本多>
令和3年度 第6回就労支援部会 <福本>
- 12月14日 香川 DWAT 活動訓練 <松村>
令和3年度第2回マネジメントチーム地域連絡会 <松村・福本>
令和3年度 第16回地域拠点・中核拠点 合同会議 <遠藤>
大川圏域自立支援協議会 第5回相談支援部会(アドバイザー派遣) <遠藤>
- 12月16日 高松圏域自立支援協議会 相談支援部会 <松村>
- 12月17日 高松圏域自立支援協議会 精神保健福祉部会 WG 情報交換会議 <遠藤>
- 12月20日 令和3年度精神障害に対応した地域包括ケアシステムワーキング会議 <遠藤>
- 12月20日 令和3年度発達障害児(者)支援関係職員研修会フォローアップ研修 <福本>
- 12月22日 高松圏域自立支援協議会 地域生活拠点部会 訪問系サービス見守り支援 WG <遠藤>
- 12月24日 高松圏域自立支援協議会 精神保健福祉部会 企画 WG <遠藤・松村>
- 12月24日 高松市前田地区民生委員児童委員協議会 (SV派遣) <遠藤>