

山崎ひきこもり支援センター
山崎ひきこもり支援センター

**ネットに避難する
若者とひきこもり**
～現実を支えるために両面が出来ること～

10月20日
【講座】午後2時～4時
【開場】午後1時30分～
【会場】田辺市文化交流センター
【定員】10名（先着順）
【費用】1周半のコース

山崎ひきこもり支援センター
山崎ひきこもり支援センター

**心の健康を守るために
心と身体のワークショップ**

12/15
13:30～15:30
【時間】
【場所】田辺市文化交流センター
【定員】10名（先着順）
【費用】1周半のコース

山崎ひきこもり支援センター
山崎ひきこもり支援センター

ます。
ただき、何かの折のヒントに
していただければと思い
ます。

10月20日（土）
【時間】PM2:00
～4:00
【場所】BigU

12月15日（土）
【時間】PM1:30
～3:30
【場所】田辺市
文化交流センター
「たなべる」

れまず。
ぜひ、大勢の方にこ来場い
ただき、何かの折のヒントに
していただければと思い
ます。

講演会シーズン始まり
22日（土）、新宮での坂本
真佐哉先生の講演会を皮切
りに、当法人ハートツリーや
サポステが主催や後援をさ
せていただく講演会が10月
20日にビッグユーで、12月
15日にはたなべるで開催さ
れます。

メン
バーの陶器の値段をお
客様と交渉している活き活き
とした姿や、自分の作った雑
貨が売れた時の嬉しそうな様
子を見ると、改めて地域の
方々とのふれあいの大切さを
実感しました。

あいにくの雨模様でした
が、この時季に次の台風の心
配をしなければならぬとい
うのはどういことなの
でしょうか。

2日（日）、紀南
文化会館で行われ
た市民活動まつり
に参加し、メン
バーの手作り雑貨と陶器
の販売を行いました。

10月に入り、空に
はうろこ雲、頬には
さわやかな風と、やっ
と秋らしくなってきました。

市民活動まつり

外 食

今月はあの牛丼チェーン店！

連日続いた猛暑が多少は和ら
ぐも、まだまだ暑い日々が続いた
9月。そんな残暑に負けじとスタ
ミナのつく物を求めて…。

ということで、11日（火）の外食に
選んだお店は「すき家田辺店」。

田辺には吉野家とすき家がありま
すが、「ドライブスルーで食べたこと
はあるけど、店内は入ったことないな
あ」という声も上がり、今回はすき家
へ。

牛丼、豚丼、カレー、海鮮丼、定食
と豊富なメニューを前に「どれにしよ
うか迷うな」と言いつつ、皆が選ん
だのはやはり牛丼。いくつか種類があ
る中で、皆違う牛丼を注文していまし
た。注文して間もなく運ばれてきたと
きは、「来るのはやつ」と良いリア
クション。そしてあっという間に平ら
げました。

早くて安くて美味しい！
皆大満足でした。

メンバーたちの感想

・ハイ ヤスイ ウマイ
・満足つす。

・中盛じゃ少し足りなかった

・美味しかったです。次は

別の味も食べてみたいです。

10月

- 1日（月）赤い羽根共同募金 14:00～16:00
- 4日（木）お茶会
- 9日（火）ダンス
- 9日（火）外食
- 15日（月）スポーツ（卓球）
- 22日（月）昼食会
- 22日（月）施設整備
- 26日（金）そうじ・ミーティング
- 29日（月）スポーツ・職場見学（龍神）

October

※学習支援

- 月 英語（中）
- 火 小学生/理・数（高）
- 水 英語（高）
- 木 数学（中）

※毎週水曜 パンダ団子作り/（社）あみだ食品 ※（社）＝社会体験。

この他にも随時、社会体験が入ります。
諸事情により変更になる場合もあります。

ひきこもり者社会参加支援センター ひなたの森

開所日時 月～金曜 9時～18時（祝日・臨時休所除く）

田辺市高雄一丁目3-27 TEL. 0739-25-8308 FAX. 0739-34-2066

メールアドレス info@heart-tree.org ホームページ http://heart-tree.org/index.html



ぽかぽか青空
作・絵 あいすくりん



キーマカレー作ってみた

25日(火)に昼食会を行いました。今回のメニューは、

「キーマカレー」。

役割分担をして調理することに。まずはニンジン、タマネギ、エリンギを皆でみじん切りにしました。切り方がわからないメンバーもいたので、スタッフに教わりながらしました。

次に切った野菜と肉を炒めて、ルーを細かく切って入れた時に事件発生！ルーをラップの上で切ったためラップの切れ端が少し入ったと言うメンバーが。必死に探すもルーと混ざって見つからず。



もう諦めて最後に調味料を入れて完成。食べてみると「昼食会で一番美味しい」「お店で食べるくらい美味い」かなりの好評でした。最後までラップの切れ端は無かったので気のせいだったのかも…。

「刀剣乱舞を語る会」

10日(月)、ひなたの森メンバーとサポ



ステメンバーで、今、昔の女子の間でブームになっている刀剣育成シミュレーションゲーム「刀剣乱舞(とうらぶ)」について語る会を開きました。参加者はオール女子ということ、初めての「女子会」となりました。

最初、それぞれの推しメンの紹介から始まった会も、最後には、弁慶の薙刀「岩融(いわとおい)」で地域おこしとかできないだろうかとの話にまで発展。

みなさんの生き活きとした語り口にはビックリ。

大いに盛り上がった会も、「この続きは次回に…」ということでお開きに…。

次回開催時には、興味のある方、ぜひひ、ひなたの森にお越しください。

『ボードゲーム会開催のお知らせ』

日時：11月7日(水) 15時～17時
場所：ひなたの森2階
対象：小学生以上の方

誰でも簡単に楽しめるボードゲームを用意しております！
お気軽におこしください。
※参加希望の方は11月2日までにご連絡下さい。

大量発生

居場所の玄関にある椿。春先にはきれいな斑入りの花を咲かす椿なのですが、8

月終わりのころから、「毛虫が…」みるみる間に大量発生。椿の葉が食べられてしまい、なんかスカスカになっているではありませんか。慌てて植木屋さんに毛虫退治をしていただくこと2回。毛虫はすっかりいなくなりましたが、な



んだか寒々しい姿に…。
「近所の皆さんにもご心配、ご迷惑をおかけしましたが、こんな時も温かい言葉を頂き、色々と教えて下さるご感謝です。
また立派な花をつけてくれることを祈って。

編集後記

今月の「ひなたの森」なんだかいつもと違うようなと感じられた方もいらっしゃるのでは…。それもそのはず、一部紙面の編集をメンバーたち(北本も含め)にお願いしてみました。初めてにしてはなかなかやるなあ嬉しくなった反面、向井と比べてそんな色ないやん、いやいやむしろこっちの方がいいやんという複雑な気持ちも…。

最近は昼食会といい、この広報誌づくりといい、自分たちで考え、行動できるように成長してきたメンバーたち。頼もしいものです。これからもどんどん自信をつけていってほしいです。

でもでも、人の歩むペースはそれぞれです。一進一退があるのが人生です。「それぞれがそれぞれのペースで」これが私の願いです。

【向井】

お礼

今月もお米、お野菜などたくさんの食材をいただきました。昼食会などで使わせていただきました。本当にお心遣い有難うございます。

次号発行予定日は
11月8日です。



大ショック
イラストあいすくりん