



平成最後の 年末、年越し



今年も、何か
という「平成
最後の〇〇」とよく言われ
ましたが、いつもと何が違
うのだろーと思いつつも、
使ってみました。

平成 30 年も残すところ
3 週間、今月もバタバタと
過ぎていくのが現実でしょ
うが、インフルエンザも流
行り出しているとのこと、
体調管理には十分気を付
け、元気に年越しができま
すように。

峯上さんの話を聞こう 〜起業というもあり〜

16 日(金)、ご自分の経験を
もとにひきこもりの青年たち
の外に出るきっかけづくりを
なさっている峯上良一さんに
体験談を聞かせていただきま
した。

その他にも、「今、どんなこ
とをやってみたい?」などの質
問を交え、メンバーたちと話を
弾ませていました。
少しずつですが、
メンバーたちの
コミュニティも
広がりつつあり
ます。



生涯学習フェスティバル

17 日(土)、市民総合センタ
ーで行われた生涯学習フェ
スティバルで、フランクフル
トとあたたかい飲み物を販
売しました。

あいにくその日は 11 月に
しては温かく飲み物の売れ
行きはいまひとつでしたが、
フランクフルトは昨年に続
き好評で、アツという間に売
り切れてしまいました。

ということで、午後からは、
ルルコロのお菓子と飲み物の
みの販売。皆様方のご協力もあ
りこのところのイベントでは
最高の売り上げとなりました。
皆様、ありがとうございました。



外 食

ながまる食堂へ

十一月になり日に日に気温が
下がる今日この頃、みなさんはどうお
過ごしでしょうか、私は元気です。今
月は、さめえ日が続きましたので、シ
ナノバでも食おうかつちゅうことで
ながまる食堂へ行っただ。ながまる食
堂には、ラーメンの他にも定食や丼も
のもあり、どれにしようか大変まよい
ます。皆それぞれ迷いながらも注文
し・・・

メンバーの感想

- ・からあげうまかった。
- ・焼きそばととり天がおいしかった。
- ・まじでウマかった。

と、感想にもあるとおり、皆大満足で
した。



12 月

December

※学習支援

- 3 日 (月) スポーツ (卓球)
- 10 日 (月) スポーツ (ソフトバレーボール)
- 11 日 (火) ダンス 忘年会 (外食)
- 14 日 (金) お茶会
- 17 日 (月) 広報紙づくり
- 20 日 (木) そうじ・ミーティング
- 25 日 (火) 昼食会
- 28 日 (金) 大掃除

- 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

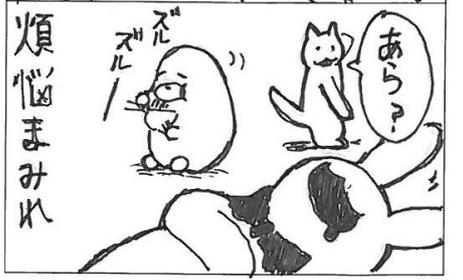
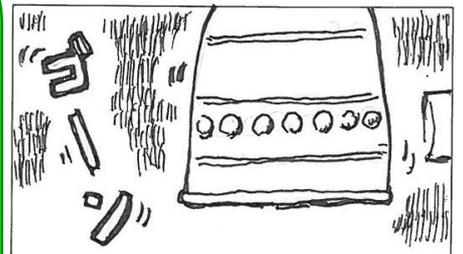
開所日時 月～金曜 9 時～18 時 (祝日・臨時休所除く)

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



今月は手軽に美味しく

昼食会

今月の昼食会のメニューは、皆で話し合った中で「手軽に作れるものにしよう」という意見が上がり、牛丼に決まりました。牛肉高いかな...と思いつつも、買い出しに行くと割と手頃な価格で購入することができました。

居場所に戻ってから早速クッキング。急いでいるメンバーもいたため、スタッフも加わりテキパキと作りました。具材を切る人、調味料を混ぜる人、煮込む人と見事な連携

込む人と見事な連携

プレーであったという間に完成。某牛丼チェーン店で出てくるような、美味しい味に仕上がりました。

いただきました。食べてみると「牛丼屋の味がする!」と皆大満足でした。男性陣は丼ぶりご飯をおかわりするほど皆でお腹いっぱい堪能しました。

今月もごちそうさまでした。



あじまぷらッ Zimmerman と ソフトバレー

5日(月)、昨年に続き、新宮・串本の利用者さんたちとの交流会としてソフトバレーボールを楽しみました。場所は潮岬青少年の家の体育館。10月末の龍神での練習の成果はもちろん◎。



こんな機会をもっともっと増やすことができればと思います。

メンバーたちの感想

- ・去年は居場所対抗だけだったので、今年は混合もしたので楽しかったです。ただ、僕が人見知りでチームメンバーと話せなかったのが残念でした。次回は話せると嬉しいです。
- ・もっとやりたかったなー。面白かった。レシーブがむずい。サーブ、とどけ!
- ・バレーはとても楽しかったが道中疲れたあ。

紀南看護専門学校 学校祭

2日(金)、紀南看護専門学校の学校祭に行ってきました。模擬店やバザー、計測コーナーなどがあり短い時間でしたが充分楽しむことができました。

出発の時間が遅かったため、あれこれ迷っている間に模擬店の品物が売り切れてしまふという残念なこともありましたが、計測コーナーなどでは、未来の看護師さんたちとの会話も弾んだようで、帰りの車中では、「僕」ミユカな

いと思っていたけど、いろいろ自分のことか話せたよ」とか「名札をみておなじ名前だったから、『僕も〇〇ですよ』ってこっちから話しかけたで」など頼もしい言葉がたくさん飛び出しました。

今回、メンバーたちの自己肯定感や自己効力感の高まりを垣間見ることができました。もっともっというんな経験をし、自信をつけていってほしいです。



編集後記

今年ももう師走です。この1年もバタバタと過ぎ皆様方にはご迷惑をおかけすることが多かったことお詫び申し上げます。特に10,11月は行政の方々には、当センターのことについてご尽力いただきましたこと感謝申し上げます。来年は「亥」の年、息つく暇もなく突っ走りたいと思いますが、なにしろ歳には勝てませんと思うことが段々と増えてきているのが現状です。一息つきながらになりそうですが、皆さまどうぞおつきあいのほどよろしくお願いいたします。

では、よいお年を。 【向井】



次号発行予定日は1月10日です。



エクストリームスポーツ イラストあいすくりん

お礼

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