



気づけば今年も残りわずかとなりました。

今年一年、地域のみなさま、関係機関のみなさまのご協力により、ひきこもり支援の活動を続けることができました。心より感謝申し上げます。

来年も誰もが安心して立ち寄れる『居場所』をメンバーとともに育てていきたいと思っております。どうぞよろしくお願ひいたします。みなさまにとって温かい年末年始となりますよう、お祈り申し上げます。



### 【12月の予定】

- 8日(月) ボードゲーム(プレイスペース)  
11日(木) スポーツ(新庄公園)  
19日(金) 年末大掃除  
23日(火) クリスマス会  
25日(木) ミーティング



### 【学習支援 今後の予定】

- (火) 中学生(英語)  
(火) 小学生  
(水) 高校生(英語)  
(金) 中学生・高校生(数学)



### 【外食会:モスバーガー&新庄公園】



今月の外食会はモスバーガーでした。その帰りに新庄公園でスポーツもしよう~ということで、ちょっとひる寒い日ではありました。トランポリン・滑り台・サッカー、気分転換にお散歩したり、みんな子どもの頃の気持ちを思い出して、それぞれの時間を過ごすことが出来たようです。

#### 【みんなの感想】

- モスではエビカツバーガーとポタージュを食べました。ポタージュが熱々で美味しいかったです。エビカツの食感が美味しいかったです。新庄公園のトランポリンが上手く跳べなかったです。
- トランポリンで遊びました。
- モスのフィッシュバーガーはジャンク味が弱い感じがしました。トランポリンで頭を打ちました。
- アボカドバーガーは想像通りに美味しいかったです。新庄公園はやっぱり気持ちいいです。



## 【座禅体験: 来迎寺様にて】

今月はスタッフ念願の座禅を、以前からご縁をいただいている来迎寺様（みなべ町）にお願いして、体験をさせていただきました。

ご住職にご焼香やお説法をいただいた後、10分間の座禅に取り組んだのですが、参加したメンバー6人全員が初挑戦にも関わらず一切動かず、物音ひとつ立てず座っていたのには、ほんと驚きました。

ご住職からも『綺麗な座禅でした』とお褒めのお言葉もいただきました。改めて、何とも言えない凄さをみんなに感じました。

### 【みんなの感想】

- ・姿勢を保つのが難しかったです。
- ・悟りを開きました(笑)・座禅は大変。
- ・息を整えたり、姿勢を真っすぐにするのが難しかったです。でもとてもよい経験になりました。

地獄極楽の絵を使って、仏教の教えに基づき、死後の世界について教えていただきました。



## 【ふれあい人権フェスタ 2025】

今年の人権フェスタは、田辺市『ハナヨアリーナ』で開催されました。昨年に引き続き、今年も就労準備支援事業でみんなが作ってくれた焼き菓子を販売しつつ、ハートツリーの啓発活動を行ってきました。和歌山県知事にもお立ち寄りいただきました。



11月22日(土)市民総合センターにて開催された『生涯学習フェスティバル』に今年も参加させていただきました。今年は、ホットコーヒーとカレーライスを販売してきました。(カレーライスは13時半頃には完売。)『美味しかったよ』と優しいお声かけもいただきました。

『みなさま、ありがとうございました。』

## 田辺市 生涯学習フェスティバル 2025



冬期休暇  
«12月27日(土)~1月4日(日)»

## ひなたの森

来年も  
幸せを感じることが  
多い年でありますように..  
ひなたの森一同

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 0739-33-7850 / FAX 0739-33-7850  
メールアドレス [info@heart-tree.org](mailto:info@heart-tree.org) ホームページ <https://heart-tree.org>

次回の発行は

『令和8年1月9日』です。

