



# ぱれっと・はだの ミニ！7月号

【発行】 秦野市地域生活支援センター “ぱれっと・はだの”  
【発行責任者】 山口 浩  
【住所】 秦野市本町2-7-25  
【電話】 0463-71-5701【FAX】 0463-73-5039  
【メール】 info@hcp-support-hadano.or.jp  
【ホームページ】 http://hcp-support-hadano.or.jp

7月は文月、蘭月とも言い蘭は秋の七草の一つ。オミナエシ月とも言いやはり秋の七草で花にちなんだ名前です。

## 森林セラピーロードで森林浴を体験してきました。

5月22日（土）に森林セラピーロードを歩きました。

今回は、「葛葉の泉と表丹沢野外活動センター」のコースを体験しました。出発前に市の環境共生課のご厚意によりクロモジ茶の試飲をしました。やさしいスパイシーな味で気分が落ち着きました。ハーブティーが好きな方にはお勧めです。

森林セラピーロードとは生理・心理実験によって癒しの効果が実証され、森林セラピーに適した道として認定された遊歩道です。秦野市内に5コースあります。

山道を登り、菩提山の神社を目指します。山道で舗装されていないし、路面も崩れやすいのでガイドさんの歩いた足跡を踏むように一列で歩いていきます。山の神社は、かわいい社で山の安全を祈願するために建てられました。

少し下っていきますと杉やヒノキの木の幹にハンモックがかけてあり、みんなで気持ちよく寝そべりました。緑の葉の裏側を見ながら思わず眠ってしまいそうになるほど気持ちが良かったです。



川の流るるの音を聞く体験をしました。塩ビ製の竹の筒を使い川の中の岩や石に竹筒を当てて竹筒の反対側に耳を当てると今まで聞いたことのないような川の流るるを感じる音がし、場所によっては音程も変わるという貴重な体験をしました。

山道を下る途中で川が道を横切るところがあり笹舟を作って流しました。さらに下っていくと葛葉の泉があり、こんこんとわく清水を飲みました。冷たくやわらかくおいしい水に体が喜ぶのが分かりました。

参道の脇にある植物や野鳥のきれいな声を聞きながら下っていくと見晴らしの丘につき、秦野市内が見通せる景観が目の前に開け気持ちが高まりました。

参加者一同が森林浴や色々な体験を通して、心と身体が健やかにになり体が軽くなりました。おまけにスタッフの一人が首筋からヤマビルに血を吸われるというアクシデントもあり、印象深い一日を過ごすことができました。



先月、小6の息子が自宅の階段に手動エレベータを製作しました。2階の自分の部屋から手紙等を1階にいる私の所まで階段を下りて持っていくのが面倒くさいという理由で思いついたようです。最初は段ボールにビニール紐を付けただけでしたが、バランスが悪かったり、ビニール紐が切れてしまったりとトラブル発生で何回かバージョンアップしました。現在は洗濯物をスムーズに入れられるように更に改良を考案中なようです。完成が楽しみです(\*^-^\*)

by 熱海



## 障害福祉施設紹介コーナー



### 特定非営利活動法人 かがやき会 地域作業所 かがやき



【サービスの種類】  
就労継続支援B型  
11名(平均年齢48.5歳)

【主な作業内容】  
○手作りの作品づくり  
○空き缶リサイクル  
○自販機清掃など

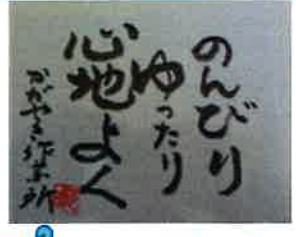
障がい者の働く場所、日中活動の場として2000年4月開所。健康で、自分らしく輝けることが目標です。東海大学前駅入口の交差点近くに作業所があります。  
ぱれっと・はだのとは仲良しで、月1回誕生会にはじ散歩に行っています。また、帰宅途中にはぱれっと・はだののフリースペースに寄り地域の仲間と交流したり、生活相談にもものってもらっています。  
これからも一人一人の幸せを求め地域の皆様と連携を図り運営をしていきます。  
「のんびり ゆったり 心地よく」 これがかがやきのテーマです。

【所在地】 秦野市南矢名2-6-17  
【アクセス】 東海大学前駅から徒歩5~6分

現在は利用者の募集は行っていません。

【営業時間等】  
毎週月曜日から金曜日  
午前9時00分~16時00分

【問い合わせ先電話・FAX】  
電話 0463-78-3523  
FAX 0463-78-3523



### 関係機関からのお知らせ



#### \* 彩り茶房

新型コロナウイルス感染拡大防止のため令和3年7月以降もしばらくの間彩り茶房はお休みさせていただきます。

再開する時期は未定です。再開が決まりましたら、改めてご案内いたします。

みなさまが健康に過ごせますように、また、1日も早く平穏な日々が戻りますようにお祈りしています。

#### \* 精神保健ボランティア けやき

【サロン】7月17日(土) 13:00~15:00 本町公民館 参加費無料 ※飲み物だけ提供します。

【サロン】8月21日(土) 13:00~15:00 本町公民館 参加費無料 ※飲み物だけ提供します。

【連絡先】 秦野市社会福祉協議会 ☎0463-84-7711

#### \* 秦野精神保健福祉家族会 のぞみ会 (会費:月額300円、見学は自由です)

【定例会】7月10日(土) 13:30~ 保健福祉センター

【定例会】8月14日(土) 13:30~ ぱれっと・はだの

【連絡先】 のぞみ会 会長 石川ひとみ ☎080-5420-5783

E-mail: hitonsan3023@gmail.com

※なお、各開催日程等については変更する場合がありますので各連絡先にご確認ください。



# プログラム予定表 (令和3年7月)

地域生活支援センターはだの  
秦野市本町2-7-25 ☎0463-80-3294

	月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3	4
交流室				創作活動			/
活動室				ピアの集い	七夕飾りづくり	フリースペース	
	5	6	7	8	9	10	11
交流室		七夕飾りづくり			園芸活動		/
活動室	オープンスクエア	ヨガ教室	フリースペース	夏に向かって風車を作ろう	—	フリースペース	
	12	13	14	15	16	17	18
交流室		病院施設等交流事業	フリースペース		絵手紙に挑戦しよう		/
活動室	オープンスクエア	創作活動	—	創作活動	—	フリースペース	
	19	20	21	22	23	24	25
交流室		ゲーム・創作活動		/	/		/
活動室	オープンスクエア	ピア相談会	フリースペース			海の日	
	26	27	28	29	30	31	/
交流室		利用者ミーティング		健康相談会		秘書検定ってどんなこと④	
活動室	オープンスクエア	新聞づくり・創作活動	フリースペース	創作活動	創作活動	フリースペース	



## ～お知らせ～

- \*今年も七夕飾りを飾ります。2日（金）、6日（火）に短冊などを作って飾ります。皆さんの参加をお待ちしています。
- \*新型コロナウイルス感染症対策のためフリースペースを利用される場合は、検温、手の消毒、咳エチケット（マスク着用等）をお願いします。発熱等の症状がある方は、ご利用できません。ご協力をお願いします。
- \*9日（金）園芸活動／13:30～14:30 花壇の手入れ

## ～ピア関連～

- 1日（木）ピアの集い 14:30～16:30
- 13日（火）病院施設等交流事業 オンラインでみくるべ病院と 13:40～14:40
- 20日（火）ピア相談会 13:30～15:30 ※4名まで。予約優先。

## ～申し込みの必要なプログラム～

- \*6日（火）ヨガ教室／15:00～16:00 先着5名まで。飲み物・タオルをご持参ください。2m以上の間隔をとるようにしますので人数を限らせていただきます。
- \*8日（木）夏に向かって風車(カザグルマ)を作ろう／15:00～16:00 先着5名まで
- \*16日（金）絵手紙に挑戦しよう／15:00～16:00 先着5名まで
- \*29日（木）健康相談会／計測15:00～相談15:30～17:00(受付は16:45まで) 予約優先
- \*31日（土）秘書検定ってどんなこと／13:30～ 持物：筆記用具
- \*27日（火）利用者ミーティング／15:00～

以上のプログラムについてのお問い合わせは、地域生活支援センターはだの  
電話 80-3294