



進むのも道  
 立ち止まって  
 考えるのも道

ハートフルスペースは、中学校卒業後の若者の悩みに寄り添い、社会的自立を応援します。

4月から11月の利用状況
※【 】は昨年同時期
利用者数(実人数)
利用回数(のべ)
134人【136人】
2,307回【2,576回】

## 【各ハートフルスペースの活動紹介】



東部ハートフルスペース



中部ハートフルスペース



西部ハートフルスペース



### 【東部】ドキドキ!お楽しみ会!

これまで何回か役割分担の話し合いや練習を積み重ねてきました。みんながそろうことが少なく、練習も違うパートを代理でこなすことが多くて不安だらけ。司会、受付、ハンドベル演奏など、自分の出番が近づくにつれ、ドキドキの連続でした。いざ始まると、みんな堂々とした話しぶりや演奏で、4月からの成長が感じられ、会場が笑顔に包まれました。「司会や演奏も上手くでき、今回の自分は100点満点です」など、うれしい感想がたくさん聞こえてきました。みんなで作り上げたお楽しみ会で、心温まる声かけや拍手をいただき、ドキドキの不安が「できた」という自信に変わった1日でした。

### 【中部】ランプシェード作り

今回はランプシェード作りに挑戦しました。ランプシェードとは電球を覆うカバーのことで、電気を入れると辺りに柔らかな雰囲気を作り出します。今回はこれを手作りしました。風船に和紙や布を貼り、一日乾かしてから中の風船を割って完成です。風船、和紙、ボンドなどがあれば誰でも作れます、きれいなドーム型にするにはちょっとした工夫も必要でした。

出来上がってランプにかぶせた時、そこから放たれるほのかな明かりは本当に素敵でした。クリスマスの日に開催するハートフルカフェで使いたいと思います。

### 【西部】そば道場 十一そばに挑戦!

粉全体に水分が行き渡るように水を少しずつ加え、「30、40」と数えながら100回練りました。四角に伸ばすのに苦労しましたね。そば包丁を初めて目にした利用者達はその大きさに驚いていました。コマ板を少しずつずらしながら、一定の太さになるようにリズム良くトン・トン・トン。「難しい」と言いつながら最後まで集中を切らさず切り終えました。そばが短くなってしまった利用者もいましたが、味は格別!

「楽しかった」「美味しい」と大満足でした。

予定	東部	中部	西部
1月	新年始まりの会 出張ハートフルスペース(智頭・岩美)	書道教室 調理(お好み焼き) ヨガ	書初め
2月	春を迎える会 出張ハートフルスペース(智頭・岩美)	社会人講話 調理「恵方巻き」 新春中部卓球大会	出張ハートフルスペース(大山・伯耆・日野) 豆まき・恵方巻づくり・ゲーム大会 終了旅行(美保基地見学)
3月	出張ハートフルスペース(智頭・岩美) 退室式	お楽しみ会 退室式	退室式
【全地区共通】2月16日(月)から2月20日(金) 相談週間(施設見学・個別相談)			

ハートフルスペースについて相談や見学を希望される場合、まずお近くのハートフルスペースにご連絡をお願いします。

#### 【各ハートフルスペース電話番号】

東部：0857-28-2388 中部：0858-27-1255 西部：0859-21-9155  
 ※ 15時以降は右の番号におかけください。 0857-28-2322

