

わくわく亭だより

〒424-0929

静岡市清水区日立町 24-17

NPO法人 WAC清水さわやかサービス

みんなの居場所 わくわく亭

(T) 054-337-1888



かいら（皆良）ハウスを見学して

藤枝にある「かいらハウス」は だれひとり孤立することのない「みんなの居場所」をめざしているとの事。もう一つの家として居場所を提供していました。

昼食を食べながら（一食500円）色々な人とお話をし、つながりを持っていく。ひとり暮らしの人や家族とのつながりがうすい人にとって拠り所となり安心して日々を過ごさせていけるような場所作りをしていました。



お友達のお母さんもいらしたよ...
かいらハウスの子供食堂にて～

他にもボランティアあり 社会参加の場作りでは 年配者や若者が軽作業をしている。おせんべいの製造と袋入れ作業をしています。なごみの場作りはギターに合わせて楽しく歌ったりカラオケを行い 昔の懐かしい歌を歌っています。生きがいの場作りとしては ある方はコーヒーマシンの設定・焙煎をして皆様にふるまっています。中国マッサージでの参加 これは予約でいっぱいとの事。子供食堂あり剪定作業・包丁研ぎ・手作り赤飯等たくさんのボランティアさんが参加していました。お弁当の食材提供はご近所の農家の方が提供して下さるのでまかなっているとの事。とにかく自分だけよければと考えるのではなく 他者の幸福を優先する行動は大変すばらしく頭がさがる想いです。私は「わくわく亭」に来てよかった！！と喜んで頂ける居場所作りをしていきたいです（辻初美）

音楽リハビリ

日頃出さない大きな声や、昔なつかしい歌を歌う機会があったらいいなと思います。1ヶ月に一度音楽リハビリを開催しています。



地域で活動されている長沢先生のご指導で、発声練習や軽いストレッチの後、昔よく歌った歌や季節に合った歌を歌います。休けいの後早口言葉や、手や足を使いながら歌ったりもします。

皆さん「来月楽しみだねえ」と言いながら帰って行かれます。

毎月第3火曜日 午後1時30分～3時まで

(千葉清美)

8. 8 ~ 9月のスケジュール

8月のスケジュール				9月のスケジュール			
内 容		活動日	時 間	内 容		活動日	時 間
でん伝体操	月曜日	4 / 18・25	10:00~12:00	でん伝体操	月曜日	1・8 / 22・29	10:00~12:00
	水 "	6 / 20・27	"		水 "	3・10・17・24	"
	木 "	7 / 21・28	"		木 "	4・11・18・25	"
手作り	(火) 5		13:00~15:00	手作り	(火) 2		13:00~15:00
さしこ	(火) 12		10:00~15:00	さしこ	(火) 9		10:00~15:00
音楽リハビリ	(火) 19		13:30~15:00	音楽リハビリ	(火) 16		13:30~15:00
ストレッチⅠ	休み			ストレッチⅠ	(水) 10・24		13:30~14:30
" Ⅱ	(水) 6・20		13:00~14:00	" Ⅱ	(水) 3・17		13:00~14:00
手打ちそばⅠ	(土) 16		10:00~13:30	手打ちそばⅠ	(土) 20		10:00~13:30
" Ⅱ	(土) 2		10:00~13:30	" Ⅱ	(土) 6		"