

2023年10月14日  
精神保健ボランティア  
ほっとはあと 発行  
連絡先：090-1572-8028  
(FAX：088-823-0358)

<印刷>  
就労継続支援 B型・  
就労移行支援事業所  
サポートぴあ

例年にない猛暑、激しい雨、蒸し暑さと未だにコロナにも注意した夏でした。  
いよいよ“秋”到来ですね。各々を楽しむ秋にしましょう！

## ☆第29回 ほっとはあとハイキング

日にち：令和5年11月10日（金）  
時間：10時（現地集合） ※現地解散  
場所：わんぱくこうち（動物園）  
昼食：ほっとはあとで用意します。



締切：11月7日（火） 福井（090 - 1572 - 8028）まで

11月10日（金）、ほっとはあとは“わんぱくこうち”にハイキングします。  
高知県の鳥である「ヤイロチョウ」2羽が今見ることができます。楽しみましょう♪  
現地集合・現地解散ですが、電車、バス、車で、できるだけ話し合い気をつけて集い  
ましょう。

## ☆入選おめでとうございます！

川本由さんが、県展とスピリットアート展の両方に入選されました。  
おめでとうございます。

## ☆第105回ほっとはあと学習会

「精神保健福祉法改正でどう変わる？ 医療、暮らし」という内容で、6月28日に精神保健福祉センター会議室にてセンター長の山崎正雄所長のお話を伺いました。

高知新聞の「こみゅっと」を見て参加してくださった方もいました。



## ☆第106回ほっとはあと学習会

10月6日（金）ソーレ研修室でおこないました。  
テーマは「聴いてください。私の気になる事、困り事」。  
人間関係や余暇の過ごし方などいろいろな悩みが出され全員で考えました。

## ☆第21回精神保健福祉ボランティア全国のつどい in 京都

～おこしやす! はんなり・ほっこり・心をいやす～

日にち：令和5年11月24日（金）

時間：午後2時～午後9時（受付開始：午後1時～）

場所：都ホテル京都八条 陽明殿

内容：基調講演・精神保健福祉ボランティア代表者会議・交流会  
基調講演「これからの精神保健福祉」

京都市こころの健康増進センター 所長 波床 将材 氏

参加費：4,000円（交流会は別途7,500円必要）

定員：200名（申込制）

問合せ：京都市精神保健福祉ボランティア連絡協議会 風のリンケージ（メールのみの対応）

主催：京都市精神保健福祉ボランティア連絡協議会 風のリンケージ

共催 京都市（京都市こころの健康増進センター）



### 【プログラム】

13:00～ 受付開始

14:00～ 開会式

14:30～ 基調講演 京都市こころの健康増進センター 所長 波床 将材 氏

16:00～ 代表者会議 各地の代表者おつどい下さい『宇治の間』

18:00～ 夕食・交流会・乾杯

18:30～ 間島秀樹さんによる歌と語り

19:30～ 仲間たちと（各地からひと言） ※次回開催地の名乗り出

20:30～ 閉会式 たすきリレー

21:00～ 解散

何年か前の京都大会には、ほっとはあとから6人がかりでにぎやかに参加しましたが、今年は福井と西川さんの二人が参加です。各地のボランティアと学びあい、紅葉の季節を楽しんできたいと思っています。

### ☆御寄付いただきました

神崎 勲男様 神崎 迪子様 黒石 伸子様  
ありがとうございました。有効に使わせていただきます。

### ☆入会しました ～よろしく願いします～

山田 正様（ほっとくらぶと両方です）

沢村 規夫様（ピアノ、ギター、歌、特技あり）

西川 鯉香様（京都全国大会へ会長と2人で出席します）

上田 稔子様

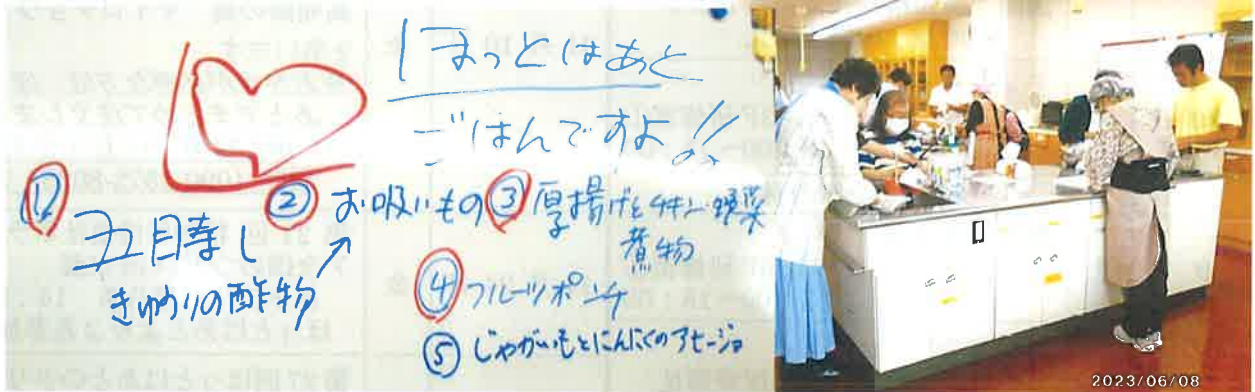
※“ほっとくらぶ”は年会費無料、“ほっとはあとボランティア”は年会費1,500円です。

## ☆第25回ほっとクッキング ～ごはんですよ!!～

6月8日(木) ソーレ調理室にて実習しました。

メニューは五目寿司、厚揚げと土佐野菜の煮物、きゅうりとしらすの酢の物、そうめんのお吸い物、山田くんのじゃがいも(自分で育てて収穫したもの)のアヒージョ、そしてフルーツポンチ。

たくさんのメニューを手分けして料理しみんなで美味しくいただきました。各々が腕をふるい楽しいクッキングでした。



## ☆届いています

- ・高知精神保健 283号
- ・高知いのちの電話 No.52
- ・プラタナスの風 No.136 (土佐病院)
- ・こころんだより 25号 2023年夏号
- ・すまいる広場 Vol.24 (さんかくひろば)
- ・第21回精神保健福祉ボランティア全国のつどい in 京都
- ・京都市精神保健福祉ボランティア協議会「風のリンケージ」第20号
- ・千葉県精神保健福祉センター家族会発行「にとな会」だより 第358号 (最終回)
- ・プラットふくし こうち Vol.7 2023.8月号 (高知県社会福祉協議会 広報誌)
- ・Pippi news 9月号 (高知県ボランティアNPOセンター)
- ・森のしずく 144号 145号 (四万十ヤイロチョウの森ネイチャーセンター)
- ・夏のボランティア体験 ナツボラガイド 2023
- ・はっさくの会 家族学習会のお誘い

## ☆悲しいお知らせ

ほっとクラブの市川幸枝様が7月1日に病気でお亡くなりになりました。

ほっとはあと会員の川村けい子様が7月29日病気でお亡くなりになりました。

優しくて明るいお二人、とても残念です。ティータイムではお二人を偲びました。

ほっとはあとで活動して下さり感謝しています。ありがとうございました。

ご冥福をお祈りいたします。

# ☆活動報告と活動予定



活動報告			活動予定		
6月8日	木	第25回ほっとクッキング “ごはんですよ!” ソーレ 4F 調理室 10:00~13:00	10月14日	土	ティータイム ソーレ 3F 研修室③ 13:00~15:00 ・Happy Birthday 祝う!! ・軽く運動(少し体を動かそう) ・お話ししたいことを話そう!! ほか
6月28日	水	第105回ほっとはあと学習会 精神保健福祉センター 会議室 10:30~12:00 「精神保健福祉法改正で どう変わる?」 講師:高知精神保健福祉センター 所長 山崎正雄氏	11月10日	金	第29回ほっとハイキング わんぱーくこうち(動物園) 10:00 現地集合、現地解散 高知県の鳥“ヤイロチョウ”が 2羽います ※お弁当が必要な方は、ほっとは あとでまとめて注文します 申込締切:11月7日まで 福井(090-1572-8028)まで
7月20日	木	ティータイム ソーレ 3F 研修室① 13:00~15:00			
8月		ほっとはあとは夏休み			
9月9日	土	ティータイム ソーレ 3F 研修室③ 13:00~15:00	11月24日	金	第21回 精神保健福祉ボランティ ア全国のつどい in 京都 都ホテル京都八条 14:00~ ほっとはあとより2名参加予定
9月9日	土	【講演会】 「これからの精神保健医療福祉」 ~愛媛県愛南町の実践より~ 講師:長野敏宏氏 オーテピア 4F ホール 14:00~	12月3日	日	第27回ほっとはあとのクリスマス ソーレ 5F 視聴覚室 11:30~14:30 30分飾り付け、歌、ピアノ、フル ート、ビンゴ、ゲーム、軽食あり
10月1日	日	令和5年度(77回) 赤い羽根共同募金運動 開始式 高知市中央公園 11:15~ ほっとはあと2名参加	12月15日	金	高知県精神保健福祉連絡協議会の クリスマス会 ソーレ大会議室 11:00~16:00 ピアノ 歌 参加型の劇 ゲーム 軽食、プレゼントあり
10月6日	金	第106回ほっとはあと学習会 ソーレ研修室② 13:00~15:00	2024年 3月7日	木	第25回ほっとはあとポッチャ大会 高知県立障害者スポーツセンター

2023年10月 ほっとくらぶのお知らせ

まだまだ暑いですが良い季節になりそうです。お出かけしましょう!

10月14日(土) ティータイム  
ソーレ 研修室③ 13:00~15:00

お問い合わせ  
090-1572-8028  
福井 和子

2023年10月 ほっとはあとのお知らせ

まだまだ暑いですが良い季節になりそうです。お出かけしましょう!

10月14日(土) ティータイム  
ソーレ 研修室③ 13:00~15:00

《お問い合わせ》  
福井和子 090-1572-8028

☆この“ほっとはあと通信”は、共同募金会の助成金により発行しています。

