

QSK

## なんくるないさ〜

No.133

今号では「2月のお楽しみ情報」をご紹介します！！

2月といえば、雪国は一番寒さの厳しい時期です。しかし、沖縄では、春真っ只中です！そこで、今号ではイベント情報をまとめてみました。一人で、家族と、仲間と、なんくるのみんなど、出掛けてみませんか。那覇市近郊でのイベントを掲載します。

新しいイベント「ちょっとお出かけ♪」で、どこかに行きたいですね。

●おきなわ花と食のフェスティバル 2017

日時 2月4日(土)・5日(日)

午前10時～午後6時

場所 奥武山公園 セルラースタジアム周辺 県立武道館

内容 「ていだサンサン 食べたらがんじゅう 沖縄産！」

花木の販売や美味しい食べものの屋台、学生らの企画品の販売など、楽しく美味しい出店があります。



✿なはさくらまつり2017

日時 2月8日(水)～2月12日(日)

場所 与儀公園

内容 毎年人気のおまつり。期間中は苗木のプレゼントや花木や果物等の展示販売、エンタメショーなど盛りだくさん！！



✿第10回那覇美らさくらまつり

日時 2月11日(土)・12日(日)

場所 漫湖公園

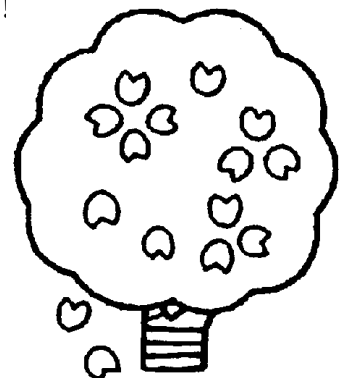
内容 地域ステージのイベントあり

♪サクラザカ アサイラム 2017

日時 2月18日(土)・19日(日)

場所 桜坂界限とその周辺

内容 サクラザカ発！地域密着の町フェス。音楽とアートがあふれる2日間。マルシェも同日開催されます。有料ライブ、無料ライブがあります。サクラザカの街並みを使った投影アート「桜坂灯彩街」などの企画もあります。



## 利用者のコーナー

「ちょっとお出かけ」で、1月14日(土)に大石公園へ散歩に行った感想です。

運動不足であることを実感させられました。帰ってくるのは「くだり」で楽だったけど、行きは「のぼり」でキツイ!!また行きたいが、毎週はなあ……。でも、ヤギは好き!

SSより

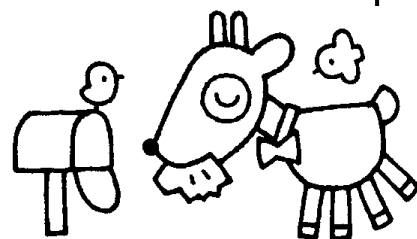
## 『ちょっとお出かけ』報告と今後について

**報告** 1月は1件の開催でした。

★「大石公園へヤギを見に行こう♪」

参加者4名。スタッフ1名。

識名にある大石公園にヤギがいると分かり、散歩がてら見に行きました。前日に子ヤギが誕生したばかりということで、カメラを持った方々もいらっしやいました。エサやりも体験させていただきました。近くもなく遠くもなく、ちょうど良い距離の公園でした。「また行きたい!」との声があがりました。



### 今後の予定

1月の利用者ミーティングで「ちょっとお出かけ」について、意見交換をしました。

- ・「大きくイベント!」と掲げると尻込みしてしまう。
- ・その日の体調や気持ちもあるので、事前に企画するというよりも、「今日は天気も良いから散歩に行こう」「近くにパーラーできたから行ってみよう」と声を掛けあえたら良いな。
- ・自分から「ちょっと出かけてみたい」と声を上げるのも、やりきらない。難しい。

など活発な意見が飛び交いました。

大げさでなく、今日の気分で行動範囲を広げられるように、なんくる内のホワイトボードに『今日、ちょっとお出かけ希望』をアピールするコーナーを作りました。

気持ちが向いたら、一緒に出かけましょう!!



## ピアサポートな～いさ 勉強会開催のお知らせ

「自分を元気に、みんなも元気に」を目的にあなたもピアサポート活動に参加してみませんか？ 申込み方法が決まりました。案内チラシをなんくる内に掲示しました。関心のある方のお申込をお待ちしております。

日時：平成29年2月25日（土）午後2時～午後5時（受付 午後1時半）

場所：那覇市総合福祉センター2階会議室（那覇市金城・イオン小禄近く）

申込方法：電話申込 098-836-6970

申し込みは、平日 午前9時半～午後5時にお願いします。

## おでかけ食事会 開催のお知らせ

利用者ミーティングで話し合いを重ね、1月に行きたいお店のアンケートもおこない、次のおり開催することになりました。参加定員・参加費がありますので、懐具合（ふところぐあい）も、よく考えてお申し込み下さい。

日時：平成29年2月15日（水）午前11時～午後2時半（予定）

※11時集合。11時半になんくるを出発し、お店へ向かいます。

場所：焼肉五苑 小禄店

参加費：Aコース 83品食べ放題 1,768円 ※参加金は当日集金します。

Bコース 131品食べ放題 2,200円

定員：8名（A+B）

申込方法：①なんくる受付にある申込書へ記入

②電話申込 098-836-6970

※電話での申し込みは、平日 午前9時半～午後5時にお願いします。

申込期間：2月1日（水）～ ※定員に達した場合は期日前でも締め切ります。



## なんくるを現在利用している方、今後利用を考えている方へ

契約更新のお知らせを随時お出ししています。

なんくるを利用するにあたっては、利用同意・契約書の記入をお願いいたします。

記入に際し、職員からの説明もまじえて30分～1時間程度の時間を要します。

まずは、事前の日程調整（予約）を電話等で、お願いします。

★支援センターなんくるサービス内容についての説明

★利用にあたってのルールの説明

なんくるをよりよく利用していただくために、ご協力をよろしくお願いします。

☆憩いの場の利用には、1年ごとに契約が必要です☆



# 2月・3月予定表



日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	2/1	2	3	4
						午前11時 利用者ミーティング 午後2時半つどい
5	6	7	8	9	10	11 建国記念日
	正午 ヨガ教室					午前10時半クッキング会 午後2時半つどい
12	13	14	15	16	17	18
午後2時 オセロ大会		午後2時 びあ茶話会	食事会 (事前申込要)			午前11時 利用者ミーティング 午後2時半つどい
19	20	21	22	23	24	25 びあ勉強会
午後2時 オセロ大会	正午 ヨガ教室					午前10時半クッキング会 午後2時半つどい
26	27	28	3/1	2	3	4
		午後1時 長田大好き会				午前11時 利用者ミーティング 午後2時半つどい
5	6	7	8	9	10	11
	正午 ヨガ教室					午前10時半クッキング会 午後2時半つどい
12	13	14	15	16	17	18
		午後2時 びあ茶話会				午前11時 利用者ミーティング 午後2時半つどい
19	20 春分の日	21	22	23	24	25
						午前10時半クッキング会 午後2時半つどい

※「統合失調症を考える会」は、しばらくの間お休みしております。

※上記のプログラムに参加される場合は、ご連絡ください。変更がある場合がございます。

※参加人数によっては、開催しない場合もあります。

※プログラムによっては参加費が必要なものもあります。お気軽にお問合せください。

編集：那覇市精神障がい者地域生活支援センターなんくる 施設長 兼浜 克弥  
 〒902-0077 沖縄県那覇市長田1-24-27 電話:098-836-6970 FAX:098-836-6977  
 ブログ:「なんくるシーサー」 E-mail [chiiki\\_nankuru@yahoo.co.jp](mailto:chiiki_nankuru@yahoo.co.jp) 定価:100円(会費等を含む)  
 発行：九州障害者定期刊行物協会 〒810-0001 福岡県中央区天神1-16-1 毎日福岡会館7階

### 【 編 集 後 記 】

買ったばかりの靴下に穴が開いて、さびしい気持ち。どなたか、丈夫な靴下を売っているお店を紹介して下さい。(か) やっと寒くなり「去年雪降ったよね」「気温が1ケタの時もあったよね」と沖縄らしくない冬の話で盛り上がる“沖縄あるある”(は) いよいよ2月になりプロ野球やJリーグのキャンプシーズン到来！今年も有名選手を見に行くぞ！(す)