

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
休館	休館	休館	茶話会 13:30~14:30	貸切10:30~12:00 マリアンテ	開館14:30~17:00 職員健康診断日のため 上記時間は閉館します。	貸切13:00~15:00 パソコン教室
休館	休館	貸切13:00~15:00 パソコン教室	茶話会 13:30~14:30	貸切13:30~15:30 ピラカン6	貸切13:30~15:30 パスナルアート 先着8名まで	閉館9:00~13:00 講演会参加のため 上記時間は閉館します。
休館	休館	休館	青山病院交流会 9:30~15:30 ※事前申込み要 参加費200円	20	20	21 春分の日
休館	休館	休館	カフエまでウオーキング 15:00~17:00 参加費:500円 集合:センターるり	26	27	休館
休館	休館	休館	4/1	4/2	4/3	4/4
休館	休館	休館	4/1	4/2	4/3	4/4
休館	休館	休館	休館	休館	休館	休館

*センターるり開館時間：月～土9:00～17:30（日・祝はお休み）です。

* 地域生活支援センターるり(センターるり)ではチラシなどで活動や情報をお知らせしています。当日の予定や変更は、入り口の案内板に書いてあります。
* お問い合わせやご相談・意見などは、地域生活支援センターるり(0848-38-7151)まで。
* ご意見はセンターるりにある「メッセージボード」、E-mail:center-r@o-nozomi.or.jp でもお待ちしております。

瑠璃だより

2015年3月号

発行：地域活動支援センターるり 2015年2月25日発行
〒722-0038 広島県尾道市天満町2-10
TEL 0848-38-7151
HP アドレス <http://www.o-nozomi.or.jp>

瑠璃の屋形 直売市

春の食材が店頭にあります！

暦の上ではもう春ですが、まだまだ寒い日が続いていますね。1月2月は野菜の収穫も少なく、直売市の店頭には並ぶ野菜も少なくなっていますが、そんな中でも「ふきのとう」などの食材が店頭に並び始め、春の訪れを感じさせてくれます。ある人から聞いた話ですが、冬眠から目覚めた熊が、まず最初に食べるものが「ふきのとう」なんだそうです。



ふきのとうは、どんな料理をしても独特の苦味があり、最初は抵抗感があるとよく聞きます。でも、一度食べ始めると、つつい口に運んでしまうと言われる不思議さを持っています。みなさまも春の味覚を試してみたいはいかがでしょうか？

さて、直売市の近況ですが、冬はイベントを多く企画し、2月の節分には恵方巻、バレンタインデーには製パン部門が作ったブラウニーを販売しました。どちらもたいへん好評で早い時間に完売していました。ありがとうございました。

春になると生産者さんの視察旅行や青空マルシェなどイベントや行事を行います。皆さんに楽しんでいただけるよう準備していこうと思います。

瑠璃の屋形 食品部

るりの恵方巻が完売しました！

桃の花も咲き、やわらかな日ざしが心地よく感じられる季節になりましたが皆様いかがお過ごしでしょうか。2月は「るりの巻き寿司」のご予約を頂きありがとうございました！！大変好評で予約分のみで完売となりました。

ありがとうございます



来年もがんばっていきたいと思います。それでは今月もどうぞよろしくお願い致します。

(瑠璃の屋形 食品部 ☎ 0848-20-8220)

瑠璃寮

瑠璃寮の活動を人権文化センターに展示しています！

瑠璃寮では、プログラム「制作」の時間に、瑠璃寮のプログラムで行った活動をパネルにまとめました。写真を貼って作成したのですが、写真を見ながら、「こんなこともしたね」と振り返りながら行いました。完成したパネルは、尾道市人権文化センターの製品展に展示されていますので、人権文化センターに立ち寄られることがありましたら、ぜひご覧ください。



※パネルはイメージであり、実際の展示パネルとは異なります。

ヴィータ

交流会（ボウリング）に参加しました！

2月14日（土）に広島県精神障害者支援事業所連絡会が主催する第5回交流会（ボウリング大会）がありました。ヴィータからは2名の方が参加をされました。会場が東広島市だったのでヴィータへの集合時間は7時30分!!

まずは、ヴィータから瑠璃寮へ向かい、瑠璃寮の仲間と一緒に東広島へ行きました。交流会は、9月に催されたバーベキュー大会以来だったので、その時出会った仲間と再会出来るのかな・・・と期待と不安に心膨らませています。



会場では、再会した仲間と握手を交わし、近況報告に話の花が咲きました。『何年ぶりのボウリングだろう…』と言いつつもスペアやストライクと皆さん好調のようでした。帰路の車内では、『また、みんなと会いたいね』と次回の交流会に向けてすでに心が弾んでいるようでした。

職員紹介コーナー 「私、〇〇にはまっています！」

「今はまっているもの…」そうですね…。はまっているわけではないのですが、毎年参加している「ふくやまマラソン」（3月開催）ですね。毎年と言っても今年で3回目ですが、今年も10kmの部にエントリーしています。特別マラソンが好きというわけではないのですが、何か自分でがんばれるものがあつたらいいなと思って始めました。自分のペースで出来るのがいいところだと思っています。なので、タイムは全く気にせず完走を目標にしています。正直好きではないのかもしれませんが、ゴールしたときの達成感はやめられないかもしれません。

皆さんも一緒にどうですか？

（瑠璃寮 高垣吉伸）

今月号の投稿コーナー

「春になったら、お出かけしてみたいところは？」

鉢ヶ峰（脳の神様を祀っています） ⊖

ベトナムに行きたい！（友達が住んでいるから） 高橋悟

東京のスカイツリーに行っ

松江城、新しい道路を走ってみたい！ ももさん

ピアスタッフだより



ピア・カウンセリング学習グループからの報告

地域生活支援センターるりでは、毎月第2木曜日にピア・カウンセリンググループが活動しています。

2月は「来年度の活動」をテーマに話し合いを行いました。参加者がスタッフを含め3名ということで、来年度の活動を定めるまでには至りませんでした。ピア・カンの活動を含めた意見交換ができたと思います。中でも、WRAP（元気回復行動プラン）の話題が出てきて、みんなで取り組んでみても良いかも？という意見もありました。ピア・カンの活動の中で、どんな形で取り入れていくかは、これから考えて行こうと思っていますが、新鮮な取り組みと言えるかもしれません。3月も来年度の活動について話し合う予定にしています。

ピア・カウンセリング学習会に興味のある方、ぜひ参加してみてください。こちらより、お待ちしております。