

地域精神保健福祉コミュニティー誌

# ぱる通信

July. 2012

No. 179

# 7

**特集：『多機能型事業所「あすなろ」新事業開始**

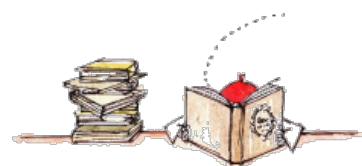
**に向けた事業所説明会開催』**





平成二十四年六月より、多機能型事業所「あすなろ」リサイクル石けんセンター（就労移行支援事業所）から「Job Support Center ASUNARO（ジョブサポートセンターあすなろ）」へと事業所名を変更し、場所の移転と、新事業開始にあたり、六月十五日（金）、岡山市内外の精神保健福祉関係者や家族に向けて、事業所説明会を開催致しました。

当日は、医療機関や保健センターなど各機関より総勢三十五名の方にお集まり頂き、当法人の理念や、就労支援の取り組みについて説明。その後、現在利用されている方、「あすなろ」の利用を経て一般就労された方の体験発表を行いました。



## あすなろ福祉社会が目指すもの

キーワードは…

### 「リカバリー＆サポート＆ホープ」

「働くことは、多くの人にとって「リカバリー」の重要な要素と言われています。「リカバリー」とは、精神疾患があつても、夢や希望を持ち、その人がその人らしく、自分の納得のいく人生を送れるようになる事を意味しており、私たちが就労支援に取り組む大きな理由は、障がいのある方の「働きたい」という強い気持ちに応えるだけでなく、その方の「リカバリー」を目指すという事が、最大の目標だからです。

## 就労支援を始めたきっかけ

就労者数が増えた背景としては、「IPS理論」を取り入れた事が挙げられます。「IPS」とは、一九九〇年代前半にアメリカで開発された「個別就労支援モデル（Individual Placement & Support）」。

就職率を高めることや、就労期間

を延長させることが実証されているプログラムの一つで、「どんなに重い障がいがあつても、その人の働きたいという希望さえあれば、本人の興味・技能・経験に合った職場で働くことができる。働くことが自身が治療的であり、リカバリーの重要な要素となる」という信念に基づいており、これら学び、スタッフの意識改革を行うことで、急速に就労者の数は増えて行きました。（平成十六年：四名 ↓ 平成十七年：二十一名）

## 就労までの流れ

### 【アセスメント】

事前に、支援者の方と一緒に来て頂き、生活のこと（住まいや経済状況、家族状況など）、これまでの職歴（離職理由など）、病気のこと、これからの夢や希望などについて聞かせて頂きます。

「生活の安定」が、後の「就労の安定」にも繋がってきますので、丁寧に聞かせて頂きます。

### 【施設内プログラム】

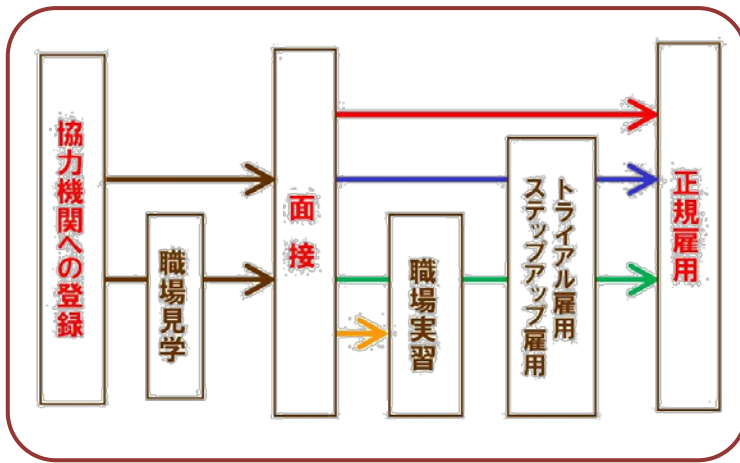
※ 別紙参照

## 【施設外プログラム】

「少しずつ自信が付いて来たけど、一人で実習に行くには自信がない…」という方は、スタッフが毎回同行し、複数の利用者で、一般企業で「実習」を体験することが出来ます（ばる通信六月号参照）。

これら「施設内・外」のプログラムは、あくまでも、就労に向けたプログラムの一つで、必ず参加しなければいけないものではありません。その方が、必要だと考えているプログラムを選択し、参加して頂きます。また、既存のプログラム以外でも、ニーズに応じて個別に取り組むことができます。

## 【求職活動の流れ】



※ 障がいを開示して働く場合

面接前には、履歴書の作成、面接の練習なども行います。また、「職場実習」は、どんな仕事か自分には向いているのか、どんな職種があるのかなど、実際に企業内で体験する事を目的とした「雇用を前提としない実習」や、「雇用を前提」とした「本人や企業が互いに検討するための実習など、利用目的も様々です。『実習』が必要のない方もおられ、就労までには十人いれば十通りの道のりがあります。

## ジョブコーチ支援

「あすなろ」には、「ジョブコーチ」という、専門の資格を持った三名のスタッフが、障がいのある方や企業の方へ、以下のような支援を行います。

### 【障がいのある方への支援】

- ・ ハローワークや職業センターへの登録同行
- ・ 職場見学や面接同行
- ・ 職場での人間関係や

コミュニケーションに関する助言

- ・ 手順書やスケジュール表の作成など、

仕事に適應するための支援

### 【企業への支援】

- ・ 病気や障がいについての理解を促す。
- ・ 仕事の指示の仕方や、配慮すべき所、
- ・ 対応方法などを伝える。
- ・ 業務内容や勤務時間などの調整

## 定着後の支援

「就職」はゴールではなく、スタートです。正規雇用後も、以下のような支援を継続して行います。

- ・ 定期的な職場訪問
- ・ 業務内容や勤務時間などの調整
- ・ 医療機関との情報共有
- ・ 就労以外の生活相談
- ・ 就労者同士の交流会の開催
- ・ 離職危機への対応
- ・ やむを得ず、離職に至った後の再就職支援

## 他機関に協力して頂きたいこと

「就労支援」は、「就労移行支援事業所」だけが支援して上手く行くものではありません。家族や他の支援機関の方、さらには、精神障がいのある方の場合、主治医の理解や協力も大きく左右されます。医療機関においては、心理教育などを通して病気との付き合い方、服薬の重要性などについての理解の促しや、「働きたい」と希望している患者さんに対する積極的な情報提供。そして、利用希望の方に関する情報提供について、ご協力して頂きたいと考えています。

また、これまでは、「あすなろ」の利用を希望している方に対して、当事業所に来所して頂き、面談・ご相談を受けていましたが、今後は、当事業所

への通所希望の有無に関わらず、働きたいけど、どうしたら良いのか分からない。支援者として、どういう選択肢を提案したら良いのか分からない。など、「就労」に関する「相談があれば、「あすなろ」スタッフが診察場面などに出向いて、「相談を受けて行くという取り組みを行って行きたいと考えていますので、お気軽に「相談下さい」。

## 参加者の感想



・「就労」は、ハードルが高いと勝手に思っていました。が、もう少し気軽に挑戦してもらっても良いのかなと思えるようになりました。

・個別支援を大切に行っている事が伝わりました。また、仕事だけでなく、生活面など総括的に支援している事が素晴らしいと思いました。

・「働きたい」という希望を持つていただけでなく、人生の目標・生きがいが見出せていない方にどのように接していけば良いのか常に迷いながら支援しています。少しでも将来に希望を持つてもらい、「働きたい」という希望まで引き出せるよう、一緒に相談させて頂きたいです。

・利用者の声が聞けた事が一番良かったです。

・「就労」という目標に限らず、もつと大きな目標を持つ事が当事者の方にも必要であり、そのサポートも大切だと思いました。

## 障害者雇用に関する制度が 少しずつ改正されています！

### 【改正障害者雇用促進法】

※ 平成二十二年七月～

■ 短時間労働者（週所定労働時間二〇時間以上三〇時間未満）が障害者雇用率制度の対象に…

これまで、障害者雇用率を算定する際の、従業員数や障がい者数において、週三〇時間以上の労働者を実雇用率や法定雇用障害者数の算定の対象としていましたが、法律の改正により、**短時間労働者も〇・五カウントとしてカウント**されるようになりました。

### ■ 障害者雇用納付金制度の対象事業主の拡大

「障害者雇用納付金制度」とは、雇用障がい者数が法定雇用率に満たない事業主から、雇用する障がい者が一人不足すること、一カ月当たり五万円を徴収し、それを原資として、法定雇用率を超えて障がい者を雇用する事業主に対し、超過一人につき、一カ月二万七千円を助成する制度です。この法律について、改正前は、常用雇用労働者三〇一人以上の事業主が対象でしたが、平成二十二年七月より、**二〇一人以上三〇〇人以下の事業主**。さらには、**平成二十七年四月より、一〇人以上二〇〇人以下の事業主も対象**となります。

### 【法定雇用率】 ※ 平成二十五年四月～

#### ■ 対象企業

従業員数**五十六人以上** ↓ **五十人以上**

#### ■ 法定雇用率の引き上げ

民間企業 一・八% ↓ **二・〇%**  
地方自治体 **二・一%** ↓ **二・三%**  
教育委員会 **二・〇%** ↓ **二・二%**

※また、「精神障がい者の雇用義務化」についても、現在、厚生労働省で検討がなされています。

「就労移行支援事業所」は、あくまでも通過地点です。そして、仕事探しへの道のり・働き方は人それぞれです。

「あすなろ」では、障がいのある方のこれまでの経験・興味・関心といった「ストレングス」に焦点を当て、一人ひとりに合った「仕事探し」をご提案させて頂きます。

「社会」の中で健常者と共に「希望する職場で働くこと」で「リハビリする」という事を理解して頂き、より多くの障がいのある方が、自分の希望する人生を歩んで行けるよう、一緒にサポートして行きたいと思っていますので、皆様のご支援・ご協力、よろしくお願い致します。





## JSCA週間プログラム

	午前	午後
月	自分をもっと知ろう！	健康講座
火	作業実習	施設外プログラム・パソコン講座
水	自 習	コミュニケーション力UP講座
木	新聞チェック	施設外プログラム・パソコン講座
金	週間ミーティング・振り返り	就労セミナー

※ 自分に必要なプログラムに参加して頂きます。

### 自分をもっと知ろう！

病気や障がいと上手く付き合うための対処方法について、グループワークを通じて自己理解を深めていきます。

### 健康講座

ウォーキングやハイキング、ジムなどでの運動しながら体力を付けたり、ダイエットをしたり…。また、身体に良い食事づくりのコツについて、実際に調理なども行いながら体験していきます。

### パソコン講座

個人の関心、レベルに応じたパソコンスキルの獲得を目指します。

### コミュニケーション力UP 講座

職場内だけにとどまらず、対人関係を円滑に築いていくためのコミュニケーション法について、様々な状況を想定しながら、ロールプレイを通じて楽しい雰囲気の中、学んでいきます。

### 新聞チェック

1週間分の新聞の中から、自分が気になる記事をチェックして、発表。他の人が気になる記事などを聞いて視野を広げたり、職場内での会話のきっかけ作りの参考となる機会にもなります。

### 就労セミナー

「働くことの意味は？」「病気の事を伝える？ 伝えない？」「履歴書・職務経歴書の作成のポイント」「面接時のマナー」など、就職に向かうために必要な知識を学んだり、互いに面接官役・面接者役となり、面接練習を行います。

## JSCA 利用者の声

- Q.1 JSCA を利用し始めてどれくらいですか？  
Q.2 JSCA を利用しているのはどんな理由からですか？  
Q.3 プログラムへの参加・就労サポートの状況を教えてください。  
Q.4 JSCA を利用して、自分が変わったなと思う所は？  
Q.5 これからの夢・希望・目標は？

- Q.1 7 か月  
Q.2 就職に向けて、いろいろな情報が得られるから。  
Q.3 コミュニカ UP・就労セミナー・自分を知ろう・新聞チェック・職場見学・畑  
Q.4 生活にメリハリが出てきた。  
Q.5 早く就職したい。マイカーで旅行したい。  
(46 歳 男性)

- Q.1 2 か月  
Q.3 作業実習  
新聞チェック  
職場見学・畑  
Q.5 就職  
(21 歳 男性)

- Q.1 2 年  
Q.2 石けんの仕事や施設外作業をする為。  
Q.3 畑・施設外作業特に分別作業にやりがいがあった。  
Q.4 努力できた事。  
Q.5 働く事。実習を頑張りたい。  
(26 歳 男性)

- Q.1 2 か月  
Q.2 座学やスタッフの就労サポートがあるから。  
Q.3 コミュニカ UP・就労セミナー・自分を知ろう・作業実習・新聞チェック・職場見学・求職活動・畑  
Q.4 試験通所の際、利用者の人が実習を経て一般就労していく姿を見て、モチベーションが上がった。  
Q.5 まずは一般就労をしたい。その為に色々勉強したい。  
(31 歳 女性)



今回は、就労移行支援事業所あすなろの利用を経て、現在派遣会社の事務員として勤務している三宅さんにお話を伺いました。

### — 今の職場はいつから働いていますか？ —

**今** 年の三月中旬から働いています。トライアル雇用制度を利用し、六月から正式採用になりました。

### — 仕事内容について教えてください。 —

**派** 遣会社で週五日、一日四時間働いています。業務内容は、派遣登録をしている方の契約や派遣先の会社との契約の管理を主に行っています。パソコンを使って様々な書類やリストの作成をしたり、契約書や履歴書等の紙ファイルの管理もしています。

### — なぜあすなろを利用しようと

思ったのですか？

### 体

を徐々に動かせるようになってきたので、社会復帰を考えるようになりました。パソコンで岡山市役所のホームページを見て保健センターを知り、相談に行った所、あすなろを紹介して頂きました。

### — あすなろではどんな活動を

していましたか？

### 体

力がなかった為、週に四日、二時間、主に施設内作業のプログラムに参加しました。利用し始めて二ヶ月通所すると、徐々に体力が付き出

し、次のステップとしてあすなろが契約している企業で実習を経験させて頂きました。この実習では、今の自分がどれくらい体力があるのか確認できましたし、挨拶など基本的な社会ルールを思い出して行くこともできました。後、パソコンは以前の職場で使っていました。仕事を辞めてブランクがあったので、練習をしたいことをスタッフに相談すると、私のためにパソコンを用意してくれて、練習できたのも良かったです。

### — 「障がい」について教えてください。 —

### 約

五年前に神経性無食欲症と診断を受けました。拒食による著しい体力低下のため、長年病床で寝たきりの生活を送っていました。当時は立ち上がるのがやっとで、階段の上り下りや長時間座っていることさえ出来ませんでした。利用当初は、あすなろの階段もかなり時間がかかっていました。

### — 今までのような仕事を

経験していますか？

### 大

学卒業後、東京でシステムエンジニア、コンサルタントとして約十年間働いていました。営業の仕事もしていました。

### — 求職活動を始めたのはいつからですか

### 去

年の十月頃にあすなろを登録して、活動を通して体力と自信が付いてきたので今年の初め頃からハローワークに行くようになりました。

### — スタッフの支援について教えてください。 —

### ハ

ローワーク同行や、職場選定の相談、履歴書の書き方や面接同行をしてくれました。自分の障がいを理解してくれる職場で働くことを望んでいたので、面接時に一緒に来てくれたことは有り難かったです。

### — 現在の職場を選んだポイントは

どこですか？

### 体

力がなかったため、一日の勤務時間を一番重視しました。後は、家から近いこと、事務の仕事であること、明るい雰囲気です。社員の方々がとても親切で、仕事内容も適度に任されているので働きやすいです。

### — 仕事をする上で

心がけている事は何ですか？

### 周

囲の方々に迷惑をかけないようにする。これが全てにつながると思います。相手を不快にさせない為に、挨拶や言葉遣いに気を付ける。休まないように過度の無理はしない。分からないことは必ず聞いて、報告・連絡・相談は徹底する。など、基本的なことなのですが、仕事をする上で様々な所に繋がっていくと思う、いつも心がけています。

### — あすなろを利用して

良かった事は何ですか？

### 長

年寝たきりでしたので、社会復帰するに当たり、体力と対人関係が上手くいくのか本当に不安でした。あすなろのスタッフの方々は、その





三宅由美さん（37歳 女性）

趣味：愛犬の散歩

「礼儀正しく、丁寧に仕事をする」と職場の方から信頼を得ています。

している病弱な両親を安心させたいですね。

**今**

はまだ半日勤務なので、フルタイムで働けるまで体力を付けて、毎日私の心配ばかりしている病弱な両親を安心させたいですね。

**最後に、これからの夢を教えてください。**

かと思っています。

**ど**

のようなものでも良いので仕事をする目標を持っていれば、自分に合った仕事は必ず見つかると思います。

— 仕事探しをしている人に向けて

メッセージをお願いします。

ことも私の大切な宝物です。

職して元気に生活していくことが出来るようになったことですが、あすなろで素敵な方々に出会えた

たことですが、あすなろで素敵な方々に出会えた

たことですが、あすなろで素敵な方々に出会えた

たことですが、あすなろで素敵な方々に出会えた

たことですが、あすなろで素敵な方々に出会えた

たことですが、あすなろで素敵な方々に出会えた

たことですが、あすなろで素敵な方々に出会えた

たことですが、あすなろで素敵な方々に出会えた

たことですが、あすなろで素敵な方々に出会えた

『リサイクル石けんセンター（就労移行支援事業）』は、  
『Job Support Center Asunaro』に生まれ変わりました！！

# 『Job Support Center Asunaro(JSCA)』

ジョブ サポート センター アスナロ

【就労移行支援事業所】

**新**

住所：岡山市中区浜475-6

電話番号：086-270-2237

FAX 番号：086-270-2237



## ＜多機能型事業所あすなろ（就労移行支援事業所）＞ 利用者大募集！！

多機能型事業所「あすなろ」（就労移行支援事業所）では、現在メンバーの募集を行っています。

同じ目標を目指すメンバーと一緒に、楽しく「就労」を目指しませんか？

まだ利用は考えていないけど、ちょっと興味がある…。

どんなプログラムをしているのか、参加したい…。という方の見学だけでも大歓迎！！

お気軽にお問い合わせ下さい。

【お問い合わせ先】

Job Support Center ASUNARO ☎(086)270-2237(担当:杉原・阿部)

ぱるスペースMOMO ☎(086)801-2771(担当:井手)





＜今月の電話相談日＞

	火	水	木	金	土
	3	4	5	6	7
AM	○	×	×	×	×
PM	×	○	○	○	○
	10	11	12	13	14
AM	○	×	×	×	×
PM	×	○	○	○	○
	17	18	19	20	21
AM	○	×	×	×	×
PM	×	○	×	×	○
	24	25	26	27	28
AM	○	×	×	×	×
PM	×	○	○	○	×
	31	☎(086) 271-5689			
AM	○				
PM	×				



「ピアヘルパー」は、クローバーの活動の中でも、特に意欲的に取り組んでいる活動の一つです。当事者の方と直接触れ合えるので、私たちがの方が元気をもらうことも多いです。

今回は、Kさんが料理をしたいということと、一緒に「鶏の唐辛子炒め」を作りました。Kさんは、お邪魔すると、材料の下準備をして、待っていていました。一緒に手順を確認しながら楽しく調理し、Kさんも大満足の仕上がりとなりました。

次回もまた、新しいレシピに挑戦します♪

ピアサポーター通信



ぱるあやつ



みんなの提案で「チョコレイトコナッツクッキー」を作りました♪

今回参加されたYさんはクッキーを作るのも初体験だったそうで、一つ一つの作業に生き生きと取り組まれていました。出来上がったクッキーもとても香ばしくて、みんな大満足♪

やっぱり手作りっていいものですよね。またぜひやりましょう！



出張女子会

ゆずき



六月二十一日、女子会を開きました。今回は、みんなの提案もあって、久しぶりに外での岩盤浴女子会となりました♪

当日は、あいにくの天気で参加者は5人と少な目ではありましたが、岩盤浴初体験の方が多く、みなさんリラックスした様子で楽しまれました。

ゆずきの岩盤浴は様々な種類があり、中でもピンク色の岩塩を使った岩盤浴がみんな気に入ったようでした。久しぶりの出張女子会で心も身体もリフレッシュできました！

ぜひまた、こういう機会を設けたいですね。

古楽日和 こがくびより



(前回からの続き)買ったのは当然「サタデー・ナイト・フィーバー」のオリジナルサウンドトラックアルバム。そしてしばらくは、このアルバムばかりを聴いていた。

やがてレコード店の洋楽の棚を見るようになった。ビー・ジーズが「サタデー・ナイト・フィーバー」の他にアルバムを出していないか気になったからだ。この予想は的中し、ベストアルバムとおぼしきアルバムを発見した。筆者は、月々の小遣いを貯めた後にこのアルバムを購入した。

これを聴いて驚いたのは、初期のビー・ジーズがコーラスハーモニーを重視したフォークロック調の曲を歌っていたということだった。それは「恋のナイトフィーヴァー」等の曲とは趣が異なっていた。確かに「サタデー・ナイト・フィーバー」の中にも「愛はきらめきの中に」というハーモニーの綺麗なバラード曲もあったが、それでも初めて聴いた時にはこのギャップに驚いたのだ。

しかし、その分かなりやすいメロディーと美しいハーモニーには打ちのめされてしまった。これがきっかけで筆者はビー・ジーズのファンになっていった。そうして現在に至っているという訳なのだ。

二〇〇三年、メンバーの一人が亡くなり、ビー・ジーズは活動を停止した。そして今年の五月にはもう一人他界した。これは誠に悲しい出来事だった。だが彼らの音楽は筆者の心の中で永遠のきらめきを放っているのだ。

藤井 健喜



営業時間：LUNCH/11:30~14:00 (OS13:30)  
 BLOG：<http://blogs.yahoo.jp/asunarou59/>

※ 土・日・祝日はお休みです。  
 (金曜日の営業を再開致しました。)

## MOMOセットMENU

7月2日(月)~6日(金)

鶏のからあげ

中華はるさめ

おくらのごま和え

わかめの中華スープ

※ 火曜日は、「鶏の梅風味丼」

7月9日(月)~13日(金)

魚のフライ

青菜とえのきのごま和え

かぼちゃとじゃこの和風サラダ

えのき茸の牛乳みそ汁

※ 火曜日は「豚丼」

7月16日(月)~20日(金)

鶏の南蛮漬け

ポテトサラダ

おくらと納豆のおかか和え

なすと長ネギみそ汁

※ 火曜日は「タコライス」

7月23日(月)~27日(金)

きのこ入り肉豆腐

じゃこのマリネ

青菜のお浸し

とろろ昆布のみそ汁

※ 火曜日は「MOMO オリジナル  
ピリ辛鶏めし」

## メンバー大募集！！

MOMOでの仕事を通して自信を付け、一般就労を目指したい!!という方を募集しております。

取りあえず見学だけ...という方も大歓迎!!お住まいの地区の保健師さんや受診機関のケースワーカーの方とご相談の上、お気軽にお電話下さい。 ☎ (086) 801-2771 (担当：井手)

### 【1日の流れ】

- 9:45 朝ミーティング
- 10:00 営業準備開始
- 11:30 ランチタイム開始
- 13:30 昼食・休憩
- 14:30 ランチタイム片づけ
- 帰りのミーティング

調理・接客・洗い物...自分の得意な所、挑戦してみたい所を担当して頂きます。



## CAKEセットMENU

- ❖ 2日(月)~6日(金) マロンパウンドケーキ
- ❖ 9日(月)~13日(金) チーズケーキ
- ❖ 16日(月)~20日(金) アーモンドモカケーキ
- ❖ 23日(月)~27日(金) バナナケーキ

自分のペース・目標に合った時間・日数から利用できます♪

# INFORMATION

## 7月の予定

1	日	
2	月	
3	火	
4	水	
5	木	
6	金	
7	土	ビーズサークル 14:00～
8	日	
9	月	
10	火	調子はえーんじやフェスティバル実行委員会
11	水	
12	木	西大寺サテライト電話相談 つどい 13:30～
13	金	
14	土	ギターサークル 10:30～ パソコン教室 11:00～
15	日	
16	月	
17	火	
18	水	
19	木	夏キャンプ
20	金	↓
21	土	お抹茶教室 14:00～
22	日	
23	月	
24	火	
25	水	パソコン教室 14:00～
26	木	女子会 14:00～
27	金	
28	土	宇野学区盆踊り大会 ばる閉所
29	日	
30	月	
31	火	クローバーミーティング 13:30～ ばるっこたいむ 15:00～

### 第15回宇野地区盆踊り大会

日時：7月28日（土）

17:00～20:30

場所：宇野小学校グラウンド

内容：スイカ割り、総踊り、太鼓演奏等  
お楽しみ夜店（焼きそば・ジュース  
おでん・アイス・ストラックアウト等）

- 発行：社会福祉法人あすなろ福祉会
- 〒703-8256 岡山市中区浜475-5
- 編集：ばる・おかやま
- TEL:086-270-3322 ■ FAX:086-270-3325
- HP: <http://www.eco-asunaro.jp>

14日（土） 音楽好き同好会

### ギターサークル

ギターが好きな方も、これから始めたいという方も、  
お気軽にどうぞ♪

時 間 10:30～  
場 所 リサイクル石けんセンター  
参加費 無料

7日（土） みんなで楽しくアクセサリ作り

### ビーズサークル

初めての方でも大丈夫♪皆で教え合いながら  
楽しく行っています（^ー^）

時 間 14:00～  
場 所 ばる・おかやま 2階交流室

12日（木） 私の思い、考えを聞いて！

### つどい

今月のテーマは「ドラえもんがいたら、何を  
してほしいか」「お盆休みに何がしたいか」です。  
自由に自分の意見を伝えよう！「言いつばなし、  
聞きつばなし」が原則です。

時 間 12日（木） 13:30～  
場 所 ばる・おかやま 1階交流室

26日（木） おしゃべり好きな女子集まれ～！

### 女子会♪

好きなお菓子を持ち寄って、普段はなかなか聞  
けないこと、話したいことなど、おしゃべりを  
楽しみませんか？

時 間 14:00  
場 所 ばる・おかやま 2階交流室

14日（土）・25日（水）

### パソコン教室

パソコンの操作が分からなくても、一人ひとり  
に合った教室を行っています。

時 間 14日（土） 11:00～  
25日（水） 14:00～  
場 所 ばる・おかやま 2階  
参加費 無料

30日（土） お点前にチャレンジしませんか？

### お抹茶教室

おいしいお抹茶とお菓子を頂きながら、楽しく  
作法も勉強できます。ご参加お待ちしております♪

時 間 14:00～  
場 所 ばる・おかやま 1階交流室  
参加費 100円

毎週火曜日やっています！

### 陶芸教室

初めての方大歓迎！陶芸の先生に丁寧に教わ  
ることができますよ！

時 間 13:00～16:00  
場 所 リサイクル石けんセンター  
参加費 無料