

# YAHHO(ヤッホー)号外

「YAHHO(ヤッホー)号外」は、みなさんの日々思っていることや地域の情報、本の感想など自由に書いてもらうためのページです。センターの談話室と静養室に用意している YAHHO 用のノートを参考に作っています。ノートに書かれている全ての内容を載せるのはスペース的に難しいので、内容を選んで載せさせていただきます。あらかじめご了承ください。

「YAHHO(ヤッホー)号外」は今後も継続し、メンバーさんの声を大切にしていきたいと思います。みなさんの声、お待ちしております、よろしくお祈りします！！

## ☆YAHHO ノートより☆

❖最近3人の新人さんに、仕事内容を伝え（教え）てます。私自身、初心に帰る事を実感できる機会なので良い事だと思ってるのですが、「仕事の手順（やり方）を間違えて伝えてしまっていないか？」が気になってしまい、先輩に確認しながら作業を進めてるので、あまり仕事に集中できてません。その事がストレスになったのか？否か？が解りませんが体重が5Kg減ってしまいました。うん…。言葉って、伝える事って本当に難しいですね。

❖家族って身近な存在で、なんでも解りあえる間柄。その反面、ひとつ何かちょっとした問題があると家族間の歯車がずれてしまうんだよね。赤の他人だったら関わりを断つ等できるけど、家族間ではそう簡単に縁を断つわけにもいかないから、生きている上で一番難しい人間関係が家族ですよね。まあ、自分も時々ケンカしますが、長い間ひきずることは無いので。和気あいあいが一番なんですけどね。

❖今日はとても良い報告を聞いてこっちまで嬉しくなれました！最近、精神的に塞ぎ込んでたから余計嬉しかった(\*^v^\*)  
自分も負けてられないなあと思いました！強い精神になれるようにガンバルぞ！！

♪♪みなさんからの投稿をお待ちしています！♪♪

# センターに届いた関係機関からのお知らせ

## アラノン家族グループさんより

『家族への助け お酒とそれに関連する問題』

～千歳・アラノンの集まり～

日時： 2011年7月16日(土) 14:30～16:00 (14:15 受付開始)

会場： 千歳市民文化センター4階 小会議室1

(千歳市北栄2丁目2番11号)

参加費：無料

申込：アラノン北海道ISC

電話 011-612-3330 FAX 011-612-3377

<苫小牧のアラノングループさんの活動>

土曜日 15:00～16:00

苫小牧市民活動センター (苫小牧市若草町3丁目3-8)

## 『古本市』を行います

これまでたくさんの方からセンターに寄贈いただいた本ですが、本棚にあふれてきていました。そこで、センターを利用いただいているみなさんにおゆずりしたいと思います。

下記の日時におゆずりさせていただく本を公開します。お好きな本がありましたら、無料でおゆずりしますのでぜひお越しください。

とき 7月30日(土) 10:00から17:00

場所 生活支援センター 2階 静養室

※数に限りがありますので、なくなり次第終了させていただきます。

## ボランティアさん募集

センターのレクリエーションやカルチャークラブ(ゆるゆる会、クッキングクラブなど)の活動におけるボランティアさんを募集しています。

プログラム内容によって時間がことなりますので、ご興味のある方はお気軽にセンターまでお問い合わせください。