

# 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。センターの静養室に用意している意見投函箱を参考に作っています。メモ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。

## ☆意見投函箱より☆

- ❖ 最近風邪を引いて作業所も休んでいて、あまり体調が良くありませんが、クロスワードの雑誌を買ってきて、家の中で一生懸命懸賞の賞品目当てで頑張っている解いています。郵便局で買い求める10枚入り、20枚入り切手シートにも好みが出てきて、とてもワクワクしています。それと、冬だから鍋が美味しくて、串揚げも美味しくて、だいぶ太りました。家にあるジーンズが7本中、1本しかはけなくなりました。ダイエットせねば…
- ❖ 冬の頃 自作風呂にて一人きり  
さわやかな夜 虫はどこやら 笑顔なり
- ❖ さみしい さみしい さみしい
- ❖ 今日は久しぶりにセンターに来ました。みなさんから「髪の毛伸びたネー」と言われました。軽いイメチェンです。でも、維持するのキツイっす。
- ❖ 阪神淡路 あれから16 三陸の地震連発うたがえば 人口減るかともう  
そうの そうでもないような自然の強さ ふと命の強きなりけれ 花の様
- ❖ 今年に入ってから最近、体のたるさ、疲れなどが溜まって休んでも取れにく

くなってきました。何が原因なのか？不規則な生活なのか、年のせいなのか。体調を平たんに維持していくことの難しさをつくづく感じている、今日この頃です。

❖今日は朝からイライラ。仕事のモチベーションが下がりました。くすりをのみました。

❖今日は、昨日一時間半ちょっとしかねてなかったため、仕事つかれました。でも、がんばりました。逆に、かなりてきぱきとふだんより動けました(笑) すいみん不足の力はすごいです。

❖ぼくの作ったバスクリン ~ひとり言~❖

風呂に入ろう 風呂入ろう 外はさむいべ 冬の風  
風呂に入ろう 風呂入ろう 安定剤は いらなべ  
風呂に入ろう 風呂入ろう ぼくの作る 自由風呂  
風呂に入ろう 風呂入ろう ぼくの気分は ほのぼのさ  
お湯をわかそう 湯をわかそう ガスが有るから ナベかけよう  
省エネ時代の シンプルだべさ あっついお湯に 気をつけよう  
私の風呂は ビニールハウス 作ったついでだ サウナにしよう  
おつかれ時は 風呂入ろう 明日の気分は もっともさ  
あたまの気分は 青空さ ぼくのあたまは 星のウズ  
何でもいから 風呂つくろう ぼくの心に ごくろうSAN

♪♪みなさんからの投稿をお待ちしています！♪♪

### 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、パソコンクラブなど)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。