

# ハイタッチ通信

令和元年十一月号

十月二日に象潟体育館で開催されたスポーツ教室に参加して来ました。ダンスや卓球バレー、ボッチャなどをしました。中でも、ボッチャについて少し紹介したいと思います。ボッチャとは、ジャックボール(目標球)に、カラーボールを投げたり、転がしたりしていかに近づけるかを競う競技だそうです。初めてのチャレンジで中々難しかったのですが、面白い競技だなと思いました。



この時期になるとあちこちで柿が実っているのを見かけますね。ハイタッチにも柿の木があるので収穫して、渋抜きをして食べました。甘くて美味しかったです。



日中のぽかぽかとしたお日さまがより温かく感じられる程、朝晩の冷え込みに晩秋の気配が深まる頃となりました。

秋といえは紅葉です。近年は地球温暖化の影響もあつて、十一月が見頃となっている地域

がたくさんあります。紅葉と書いて「もみじ」とも読みますよね。もみじは、秋になると葉が鮮やかな赤や黄になる植物のことを指すそうです。

十一月四日(月)  
祝日も通常通り営業しております。



自立訓練(生活訓練)  
就労継続支援B型

## ハイタッチ

〒018-0403 秋田県にかほ市三森字大苗代 261-6  
TEL 0184-44-8344 FAX 0184-44-8345

E-mail : [high-touch@blue.ocn.ne.jp](mailto:high-touch@blue.ocn.ne.jp)

ホームページ : [hightouch-nikaho.com](http://hightouch-nikaho.com)

Twitter アカウント: [@hightouch](https://twitter.com/hightouch)にかほ

### 11月イベント予定

11月は、イベントを予定しておりません。