

# ほっとぽっと ニュース NEWS 12月1月号



発行：旭区生活支援センターほっとぽっと  
住所：旭区鶴ヶ峰 2-1-16  
〔 相鉄線鶴ヶ峰駅から徒歩6分  
鶴ヶ峰バスターミナルから徒歩4分 〕  
TEL：045 (953) 6727  
HP：https://tomoni-people.net/

## 寒さが本格的になってきました 体調にはくれぐれもお気をつけください



### 12月~1月の予定

\*詳しくは館内掲示やスタッフまで

#### 第12回旭区地域生活支援フォーラム

12月7日(土) 12時30分~ 旭公会堂  
テーマ「障害のある人の暮らし」  
~つながり・支えあうことの大切さ~  
☆びあスタッフが第2部で事例報告をします

#### クリスマスランチ

12月17日(火) 当日申し込み 本館2階  
10時30分までに来所してお申し込みください  
350円(通常価格) 25食限定です  
クリスマスメニューです。お楽しみに!

買い物、調理、片付けなど皆で協力して作りましょう

#### 旭びあくらぶ クリスマス会

ケーキとお菓子とジュースで楽しい時間を過ごしましょう  
12月17日(火) 14時~16時 別館サロン  
会費：300円  
~今回はビンゴゲームで参加賞はないよ~  
定員：22名 12月7日(土) 〆切

### 来館者のみなさまへ

スマホやバッグを館内に置いたまま、離席される方を見かけます。  
貴重品は厳重な自己管理をしてくださるよう重ねてお願いいたします。



### 話そう!シリーズ

#### ドッグセラピストさんと話そう!

人気のプログラムです♪  
まだ体験されていない方も気軽にご参加ください

12月4日(水)  
13時30分~15時  
ほっとぽっと別館 サロン

芦澤清美さんと りく&るま  
(医療法人誠心会神奈川病院)



### 予告

#### 旭びあくらぶ主催 バスハイク

来年度のバスハイクを下記内容で検討しています。  
場所：沼津港深海水族館  
日程：4月中旬~下旬頃  
参加費：900円くらい



### お知らせ

#### 年末年始

12月29日(日)~1月3日(金)は終日休館となります。  
電話相談や語らい電話、フクロウ電話もお休みです。



### 報告

#### 利用者ミーティング

10月2日(水) 8名参加



- 連絡事項  
スリッパを購入しました。  
は〜と・ねっと・あさひ全体会について。
- 旭区精神保健福祉セミナー実行委員会より進捗の報告がありました。
- 旭びあくらぶより「ひふみ」見学のお誘い。
- 地活立ち上げミーティング日程の連絡。
- 皆さまからの議題など  
(1)喫煙所のカッが開けにくい→修理予定です。  
(2)卓球サークルは日曜日に自主練をしています。

#### 利用者ミーティング

11月20日(水) 9名参加

- 旭区精神保健福祉セミナー実行委員会より委員会の進捗の報告などがありました。
- センター標準化により開館時間などの変化に対するご意見を伺いました。
- その他、今後の予定の報告と自由意見を伺いました。  
※結果概要は館内に貼られています。ご覧ください。

#### 別館ミニ清掃に

#### ご協力ありがとうございました

11月16日(土) 13名参加

別館を利用されている団体の方々、ほっとぽっと利用者の方にも協力いただき清掃を行うことが出来ました。各部屋と照明器具、廊下、階段、トイレ、台所、玄関、外回りの隅々まで清掃していただきありがとうございました。反省会では掃除のコツやさまざまな情報交換をしました。  
次回の予定は2020年5月16日(土)です。

### 新任スタッフの挨拶

8月よりお世話になっております新任スタッフの高橋昌視(たかはしまさみ)です。いろいろとご迷惑をおかけするかと思いますがよろしくお願いたします。

社会人経験は長いですが福祉経験は少なく、平塚市にある神奈川社会福祉専門学校で2年間勉強し、その後、秦野市にある就労継続支援B型の事業所で3年間支援員として働いておりました。

たくさんの方々といろいろなお話しができればと思っております。みなさまと一緒に考え進んでいくことができると幸いですので、これからもよろしくお願いたします。

### 報告

#### 合同防災訓練

10月29日(火) 36名参加

近隣のグループホーム「サンハイム」さん、就労継続支援B型「マインド葦」さん、ほっとぽっとの3施設合同防災訓練を事前予告しない形で行いました。利用者職員合わせて36名の参加でした。

各施設で同時刻に地震発生、出火があったことを想定し安全な場所への避難と点呼をしました。その後消防署の職員の指導による水消火器体験、地震に関するDVDの視聴をし、消火器の使用法の説明を受け、質疑応答の時間もありました。避難と水消火器は雨の中の訓練となりましたが、皆さん真剣に参加されていました。また、水消火器の訓練は今後にも年に一回は実施していきたいと思っております。  
皆さまお疲れ様でした。(防災係)

### ラン

☆ 毎週 火・木・土 に実施します。  
(年末年始などの休館日を除く)

### 手

☆ 金額は、毎回350円です。  
☆ 参加希望者は、10:00~10:30までに来所して申し込んでください。  
☆ メニューは決まり次第館内にて確認できます。  
☆ メニューが当日変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。  
☆ 事前予約や電話でのメニューのお問い合わせはできません。

### ほっとぽっと利用案内

- ★ 開館日：火 水 木 金 土 日
- ★ 休館日：日曜日・年末年始
- ★ フリースペース利用時間  
[火水木金土] 10:00~19:00  
[日] 10:00~16:00
- ★ 電話相談  
[火水木金土] { 9:30~11:30  
12:00~17:00  
[日] 9:30~16:30



## 2019年 12月 ランチ&プログラム

	火	水	木	金	土	日
午前						1
午後						
午前	3 ランチ	4	5 ランチ	6	7 ランチ	8
午後	からだの時間* <sup>+</sup>	ドッグセラピストさんと話そう* <sup>+</sup>	利用者ミーティング*		旭区地域生活支援7+1 (旭公会堂)	
午前	10 ランチ	11	12 ランチ	13	14 ランチ	15
午後	パッチワーク* <sup>+</sup>	卓球* <sup>+</sup>	アニメアニソン* <sup>+</sup> 本館ミニ清掃			
午前	17 クリスマスランチ	18	19 ランチ	20	21 ランチ	22
午後	旭びあくらぶ* <sup>+</sup> (クリスマス会)	本館ミニ清掃		お医者さんと話そう* <sup>+</sup>	よりよいコミュニケーションのために* <sup>+</sup>	
午前	24 ランチ	25	26 ランチ	27	28 ランチ	12/29~ 1/3
午後		家族のたまり場* <sup>+</sup>	アニメアニソン* <sup>+</sup>			休館

★都合により変更および中止させていただく場合があります。予め御了承ください。

★プ：プログラム 家：家族会と共同事業 び：旭びあくらぶ サ：自主サークル

### ☆ ほっとぽっとプログラム案内 ☆

○からだの時間：軽く体を動かしてリラックス。動きやすい服装でどうぞ。

14時～本館2階和室。

○OLADY'S ROOM 女性のためサロン：女性だけの絵手紙教室。のんびりゆったり。

14時～別館和室。

○よりよいコミュニケーションのために：対人関係で苦手なことを一緒に考えてやってみよう。

14時～本館2階フリースペース。

○お医者さんと話そう！：お医者さんを囲んでいろいろ話しましょう。座談会スタイル。

13時30分～本館2階フリースペース。

○話そう！シリーズ：不定期でドッグセラピストさんや専門職の方と“話そう！”があります。

## 2020年 1月 ランチ&プログラム



	火	水	木	金	土	日	
午前	12/29~1/3					4 ランチ	5
午後						休館	
午前	7 ランチ	8	9 ランチ	10	11 ランチ	12	
午後		利用者ミーティング*	からだの時間* <sup>+</sup> アニメアニソン* <sup>+</sup>	レディースルーム* <sup>+</sup>			
午前	14 ランチ	15	16 ランチ	17	18 ランチ	19	
午後	パッチワーク* <sup>+</sup>			お医者さんと話そう* <sup>+</sup>	よりよいコミュニケーションのために* <sup>+</sup>		
午前	21 ランチ	22	23 ランチ	24	25 ランチ	26	
午後	旭びあくらぶ* <sup>+</sup>	家族のたまり場* <sup>+</sup>	アニメアニソン* <sup>+</sup>				
午前	28 ランチ	29	30 ランチ	31			
午後							

★都合により変更および中止させていただく場合があります。予め御了承ください。

★プ：プログラム 家：家族会との共同事業 び：旭びあくらぶ サ：自主サークル

### ☆ あげぼの会 共同事業 ☆

○家族のたまり場：家族どうしゆっくり過ごして日頃の悩みを話し合う。

13時30分～別館和室。初参加の方は事前にご連絡を。

○パステル画のつどい：家族の皆さんと一緒に話しながらパステル画を楽しむ。

※12月1月はお休みです

### ☆ サークル情報 ☆

○卓球サークル：白根地区センター。詳しくは館内の掲示板を確認してください。

○パッチワークサークル：別館サロン。

○アニメアニソンサークル：別館和室。詳しくは館内の掲示板を確認してください。

ほ っ と ぽ っ と