

# 夢をかたちに

夢をいだきませんか？  
あなたの夢、また何かやって欲しい何かやりたい  
そんな願いをかたちにしませんか？

是非、旭びあくらぶで話しましょう。  
実現に向けて！！

## <交通>

電車：相鉄線 鶴ヶ峰駅下車 徒歩 6分

バス：鶴ヶ峰バスターミナル下車 徒歩 5分

# 旭びあくらぶ



## <問い合わせ・連絡先>

旭区生活支援センター（旭区地域生活支援拠点）

ほっとぽっと

〒241-0022 横浜市旭区鶴ヶ峰 2-1-16

Tel 045-953-6727

仲間同士の心のこもった助け合いや支え合う場。  
生きて悪いと思っただけれど生きていいんだ・・・  
肩の荷をおろしてほっと一息！

「よろこび」「楽しみ」「希望」を自分なりに見いだす。  
一緒に時を過ごしてみませんか？



#### <活動内容>

##### ★月一回の集い

お茶を飲みながら分かち合いとして色々なお話・  
季節ごとのイベントの企画運営・勉強会を行って  
います。

◇第3火曜日 14時～16時

◇ほっとぽっと別館 サロン

##### ★季節ごとのイベント

お花見 花火大会 クリスマス会 バスハイク



##### ★ほっとぽっとの受付窓口対応

安心してほっとぽっとを利用しても  
らえるように、明るい笑顔で真心こめ  
て対応しています。

##### ★キャラバン隊かめ（入院中の方へのサポート）

ピアが中心となり入院の方たちへ外の風を送り、地域生  
活に関心をもってもらえるよう活動しています。

◇院内のプログラムに参加して普段の悩みや退院のこ  
とについてお話し合いをしています。

◇院内の退院プログラムでの講師

◇病院スタッフとかめのメンバーとで  
外出プログラムを実施

◇個別外出支援

◇病院へのお見舞い



##### ★ふくろう電話 PM 8:00～11:00（火曜日・金曜日）

夜・・・眠れない 寂しい 誰かと話しがしたい  
時など利用してみませんか？ぴあがお相手をします。

◇携帯電話番号：090-8595-6147

◇登録は必要ありませんが、非通知・公衆電話からのお電話  
受け付けられません。



また、窓口・かめ・ふくろうの現活動以外に  
様々な活動をしています。