

ほっとぽっと

ニュース

NEWS 4月5月号



発行：旭区生活支援センターほっとぽっと
心の病を持つ人のための地域の拠点。日常生活の相談
支援と仲間と出会う場の運営を行っています。
〔 相鉄線鶴ヶ峰駅から徒歩6分
バスターミナルから徒歩4分 〕
住所：旭区鶴ヶ峰 2-1-16
TEL：045 (953) 6727
HP：http://tomoni-people.net

情勢に応じ、新型コロナウイルスの感染拡大防止の観点から、
予告なくプログラムなどの中止や延期を行う場合がございます。
ご理解をどうぞよろしくお願いいたします。

重要なお知らせ

新型コロナウイルス感染防止対応へのご協力をお願いします

ほっとぽっとでは感染防止対策として「館内の消毒と換気の徹底」「マスク着用と手指消毒」「検温のお願いと37.5℃以上の発熱者の利用制限」を行っております。またフリースペースでのイベントやプログラムも会場変更・延期・中止となっているものも多い状況です。今後の動向はホームページや館内掲示などでお知らせいたします。ご迷惑やご不便をおかけしますが皆様の一層のご理解ご協力をお願いいたします。

- (1) イベント、研修などは原則として中止または延期
- (2) 貸館についても原則中止
- (3) フリースペースやプログラム（ランチ、お医者さんと話そう、など）は感染拡大防止に十分注意し実施中
- (4) 来館される方へお願い・・・マスク、手洗い、発熱対策

受動喫煙防止にご協力をお願いいたします

今年4月より改正健康増進法が全面施行され、生活支援センターは屋内禁煙となります。
ほっとぽっとは屋外に喫煙所が設置されているため、大きな変更はございませんが20歳未満の方を喫煙所に立ち入らせない・標識を明示するなどが義務付けられます。法律により「望まない喫煙」をなくし受動喫煙による健康被害に配慮するため、喫煙マナーの向上をより一層お願いいたします。

センター標準化について

標準化モデル事業の実施と検証が行われ市の報告書も出て、令和2年度から本格実施となります。今後、内容や実施時期が発表されると思いますがそれまでは現行のままのご利用となります。

ほっとぽっとNEWSの郵送の終了のお知らせ

以前よりお知らせし検討を重ねてきましたが郵便料金の値上がりもあり、郵送につきましては当月号（2020年4月5月号）を持ちまして終了の方針となりました。

現在、手渡し・ホームページ・館内掲示・関係機関での閲覧などでご覧いただいております。郵送終了以外の変更はありません。イベントなどのお問い合わせは電話でもお受けいたしております。お気軽にお電話ください。

お知らせ

バスハイク延期のお知らせ

4月16日(木)に予定していたバスハイクは新型コロナウイルスの感染拡大の影響を受けて、参加者・関係者の健康を第一に考え延期とさせていただきます。日を改めて検討したいと考えています。楽しみにされていた方には大変申し訳ありません。



お知らせ

共に歩む市民の会 総会(予定)

日時：6月6日(土) 13:30~16:30
場所：ぱれっと旭多目的研修室

※ほっとぽっとは通常通り開館します。総会の時間帯は、相談は電話中心で行います。

※新型コロナウイルスの影響で予定を変更する場合があります。

旭びあくらぶ

旭びあくらぶ つどい

今年度も毎月第三火曜日14時~開催を予定しています。行事についての話し合い、分かち合いをします。開催場所をご確認の上ご参加ください。お茶菓子を用意してお待ちしております。

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計画しています。詳細が決まり次第館内掲示します。
場所：深海水族館
日程：6日(木)
参加費：500円くらい

延期

[報告] 旭びあくらぶ お花見会

3月24日(火) 20名参加
新型コロナウイルスの影響を受け、公園での花見は開催せず、ほっとぽっと本館でお茶菓子を食べながら楽しい会話をしました。

[報告] 旭びあくらぶ 研修会

3月に予定していた研修会は、新型コロナウイルスの感染拡大防止の影響で中止になりました

報告

ランチミーティング

3月31日(火) 13名参加
利用者ミーティングでランチミーティング開催の希望があり上記の日程で行われました。概ね現状のまま継続していくことになりました。詳細は館内掲示をご覧ください。

フットケア講座「足もとから健康、いきいき満足習慣」

2月13日(木) 27名参加
サンハイムや区役所の人も含め27名の参加がありました。紙芝居で足の手入れの大切さを教わり、フットプリントで立ち方を知り、5名の代表が足浴後講師から足の手入れを実際に行ってもらいました。みんな真剣に参加していました。

防災訓練(今年度2回目)

3月7日(土) 24名参加
館内の避難経路と消火器の使用を確認の後「自宅にて被災し停電になったら」と想定した訓練を行いました。簡易ランタンと新聞紙の食器作成、防寒対策を体験しました。後半は防災についての知識と福祉避難所について説明がありました。ランチは防災食のカレーとアルファ米、炊き出しをイメージして水団をいただきました。長時間にわたる訓練となりましたが多くの方に参加いただきました。お疲れさまでした!

第21回旭区精神保健福祉セミナー

2月22日(土)
新型コロナウイルスの感染拡大防止や参加者の健康・安全面を第一に考慮した結果、中止となりました。

ドッグセラピストさんと話そう!

3月20日(金)
新型コロナウイルスの感染拡大防止の影響で中止になりました。

報告

2月利用者ミーティング

2月6日(木) 11名参加



1. 連絡・確認
* 感染症について
2. 旭区精神保健福祉セミナー・旭びあくらぶより
* 今後の活動についての案内がありました
3. 皆さんからの議題
* ミーティング速報を目線の高さにしてほしい
➡読みやすさを考慮して実施します
* ランチのデザートが4日連続同じであった
➡曜日で連携していきましょう

3月利用者ミーティング

3月5日(木) 14名参加

1. 連絡・確認
* フリースペースお茶・ランチ残高報告
* 旭区精神保健福祉セミナー中止について
* 新型コロナウイルス対策で消毒と換気を実施中
* 麦茶は出したままにせず冷蔵庫へ入れましょう
2. ふれあいスポーツについて
3. 皆さんからの議題
* ランチについて➡ランチミーティング開催へ
* スタッフルーム通路が通れない時➡声掛けする
* ぴあ相談の際の面談室の使用➡調整して使用可
4. 皆さんからの情報提供
* 手作りマスクのプレゼントがありました

ほっとぽっと利用案内

- ★ 開館日：火・水・木・金・土・日
- ★ 休館日：月曜日・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

ランチ

- ☆ 毎週 火・木・土 に実施します。
(年末年始などの休館日を除く)
- ☆ 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。



2020年 4月 ランチ&プログラム

情勢に応じ、新型コロナウイルスの感染拡大防止の観点から、予告なくプログラムの中止や延期を行う場合がございます。ご理解をどうぞよろしくお願いいたします。

	火	水	木	金	土	日
午前		1	2 ランチ	3	4 ランチ	5
午後			利用者ミーティング*			
午前	7 ランチ	8 卓球*サ	9 ランチ	10 中止 レヂイ=スル=ム*フ	11 ランチ	12
午後			アニメアニソン*サ			
午前	14 ランチ	15	16 ランチ 中止 パスハイ*ピ	17	18 ランチ	19
午後	パッチワーク*サ 中止	からだの時間*フ 中止	パステル画のつどい*家 中止		よりよい* =シヨンのために* フ 中止	
午前	21 ランチ	22	23 ランチ 中止 パステル画のつどい*家	24	25 ランチ	26
午後	旭びあくらぶの集い*ピ	家族のたまり場*家	アニメアニソン*サ	お医者さんと話そう*フ		
午前	28 ランチ	29	30 ランチ			
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：家族会と共同事業 ピ：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：14時～本館2階和室

○OLADY'S ROOM 女性のためサロン：14時～別館和室

○よりよいコミュニケーションのために：14時～本館2階フリースペース

○お医者さんと話そう！：13時～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 5月 ランチ&プログラム

情勢に応じ、新型コロナウイルスの感染拡大防止の観点から、予告なくプログラムの中止や延期を行う場合がございます。ご理解をどうぞよろしくお願いいたします。

	火	水	木	金	土	日	
午前					1	2 ランチ	3
午後							
午前	5 ランチ	6	7 ランチ	8	9 ランチ	10	
午後			からだの時間*フ	レディースルーム*フ	よりよいコミュニケ =シヨンのために* フ		
午前	12 ランチ	13	14 ランチ	15	16 ランチ	17	
午後	パッチワーク*サ	卓球*サ	利用者ミーティング*	お医者さんと話そう*フ			
午前	19 ランチ	20	21 ランチ	22	23 ランチ	24	
午後	旭びあくらぶの集い*ピ		パステル画のつどい*家				
午前	26 ランチ	27	28 ランチ	29	30 ランチ	31	
午後		家族のたまり場*家					

★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 ピ：旭びあくらぶ サ：自主サークル

☆ あけぼの会 共同事業 ☆

○家族のたまり場：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：14時～別館和室

☆ サークル情報 ☆

○卓球サークル：白根地区センターにて。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：別館サロンにて。

○アニメアニソンサークル：別館和室にて。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