

# ほっとぽっとNEWS

(ニュース)

## 2020年 12月1月号



編集・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  
 H P： <http://tomonii-people.net>

### ほっとぽっとの最新ピックス

- **標準化** 10月から本格実施し大きな混乱なく運営しています。月曜の開館も徐々に浸透してくるでしょう。来館者数は10月から2ヵ月の平均を見ると曜日ごとの差はあるようです。コロナの影響で減少していますが、  
 ◎15名◎22名◎23名◎22名◎16名◎20名、全平均20名が来館利用しています。
- **新規相談、訪問支援が増えました** 相談は居住区のセンターが担当となりますが、コロナ禍のストレスも影響しているのか、新規相談が増え、年代も内容も様々な相談を受け対応しております。訪問も増えました。職員が多忙なためご迷惑をおかけしますが、多くの方に必要な支援を届けるため、ご協力をお願い致します。
- **コロナ対策継続中** 感染防止のため、マスク・消毒・換気・入館時チェック、プログラム人数制限と短時間化、飛沫防止シート設置、3密回避のレイアウト、オンライン会議の活用など慣れない中四苦八苦し実施中。
- **旭区に「精神連絡会」が発足** 旭区地域自立支援協議会の精神連絡会が10月6日正式発足しました。人数制限をしながらスタートし、病院からの地域移行や住みやすい地域づくりなどに取り組みます。
- **移転について** 狭い、老朽化、面談室が少ない、本館別館が離れている、バリアフリーではない等のため移転を模索し物件探しも3年目に入りました。引き続き法人を挙げて取り組んでいきます。（施設長 田中）

### 年末年始のお知らせ

12月29日(火)～1月3日(日)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。



### ミニ清掃のお礼と今後の開催について

今年度の「ほっとぽっとミニ清掃」は10月から12月にかけて合計4回計画しました。既に10月に1回、11月に2回実施することができました。ご協力いただきましてありがとうございます。

最終回は12月上旬を予定しています。決まり次第館内にチラシを掲示しますのでご協力くださる方はお名前を記入してください。

よろしくお祈りします。岩井



### 第13回 旭区地域生活支援フォーラム

障害者の8050、ひきこもりの8050  
 ～何が同じ？何が違う？～

日時：12月13日(日) 13:00～15:30

オンライン開催!!

第一部：基調講演 講師 又村 あおい氏

第二部：シンポジウム

～旭区の支援現場からの報告～

### 避難訓練を実施しました



令和2年11月4日(水) 13:30から避難訓練を行いました。今回は、台所から火災が発生したという設定のもと、事前のお知らせはせずに抜き打ちで行いました。スタッフ含めて17名が参加して、改めて避難経路などの確認をすることができました。次回は、年明け2月を予定しています。

### 10月 利用者ミーティング

10月4日(木) 12名参加

- ほっとぽっとから
  - ・ランチの申込み方法変更について
  - ・標準化により開館日・時間が変わりました
  - ・吸い殻用パケツには、吸い殻以外は入れないでください！喫煙所は定員3名のため、待っている方への配慮をお願いします
- 旭区精神保健福祉セミナー実行委員会より
  - ・実行委員長、実行委員を引き続き募集中
- 旭びあくらぶより
  - ・『つどい』は第3火曜日 先着4名、当日15分前より受付開始となります

### 11月 利用者ミーティング

11月5日(木) 17名参加

- ほっとぽっとから
  - ・ランチ配膳まではテーブルが使用できます
  - ・コップを廃止、紙コップ使用に統一しました
  - ・座布団は使用したら、元へ戻してください
  - ・ゴミの分別をお願いします。ペットボトルはつぶしてください
- 旭区精神保健福祉セミナー実行委員会より
  - ・実行委員長は深井浩治さんに決まりました!!!

次回の利用者ミーティング  
 12月3日(木) 14時～  
 1月7日(木) 14時～です。  
 是非ご出席ください



### ほっとぽっとの前は駐車・駐輪禁止です!

ほっとぽっとの前は公道のため、駐車・駐輪はできません。近隣の駐輪場をご利用ください。バイクや自転車を壊されたり撤去されたりしても責任は負いかねます。

### 第22回 旭区精神保健福祉セミナー

『何故こわいと思われる精神障害者  
 あたりまえに地域で暮らせる喜び』  
 オンライン開催!!

令和3年2月27日(土) 13:00～15:00

※詳細は、12月以降チラシやホームページでご確認ください。また次回ほっとぽっとNEWSにてお知らせします。

### 旭びあくらぶ

## ～初詣 本村神社～

新型コロナ感染拡大の影響を考え、例年行っていた12月のクリスマス会は中止としましたが、年明けに初詣に行くことになりました。

日時：2021年1月14日(木) 13:30 集合  
 予約期間：12/10～12/23

所内に申込用紙があります。  
 希望者は氏名を記入してください。  
 電話申込は不可

### ほっとぽっと利用案内

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

### ランチ

参加は6名とさせていただきます

- ☆ 毎週 火・木・土 に実施します。(年末年始などの休館を除く)
- ☆ 金額は、毎回350円です。
- ☆ 参加希望者は10時30分に1階交流室に集合してください。定員を超えた場合はくじ引きを行います。(6名以下の場合くじ引きはありません。)
- ☆ 事前予約や電話でのメニューの問い合わせはできません。
- ☆ メニューは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。



## 2020年 12月 ランチ&amp;プログラム

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、プログラム・サークル等は限定人数での実施とさせていただきます。参加には当月1日から前日までの電話、または来所申し込みが必要となります。定員に達した時は参加をお断りする場合があります。ご理解の上ご参加ください。又、予告なくプログラムの中止や延期となる場合が考えられます。予めご了承ください。

	月	火	水	木	金	土
午前		1 ランチ(6名)	2	3 ランチ(6名)	4	5 ランチ(6名)
午後				利用者ミーティング		
午前	7	8 ランチ(6名)	9	10 ランチ(6名)	11	12 ランチ(6名)
午後		パッチワーク サークル(5名)	卓球サークル			
午前	14	15 ランチ(6名)	16	17 ランチ(6名)	18	19 ランチ(6名)
午後		旭びあくらぶ の集い(4名)	からだの時間 (3名)	パステル画の つどい	お医者さんと 話そう(4名)	
午前	21	22 ランチ(6名)	23	24 ランチ(6名)	25	26 ランチ(6名)
午後	よりよいコミュニケーションのために (5名)		家族のたまり 場			
午前	28	29 休館日	30 休館日	31 休館日		
午後						

★横線——はお休みです。

## ☆ ほっとぽっとプログラム案内 ☆

○からだの時間(リラクゼーション体操): 14時~本館2階和室

○LADY'S ROOM 女性のためのサロン: 14時~別館和室

○よりよいコミュニケーションのために(SST): 14時~本館2階フリースペース

○お医者さんと話そう!: 13時30分~ ※1月より日時変更となります。1月26日(火) 14時~

○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。

## 2021年 1月 ランチ&amp;プログラム



	月	火	水	木	金	土
午前					1 休館日	2 休館日
午後						
午前	4	5 ランチ(6名)	6	7 ランチ(6名)	8	9 ランチ(6名)
午後				利用者ミーティング	レディースルーム(5名)	
午前	11	12 ランチ(6名)	13	14 ランチ(6名)	15	16 ランチ(6名)
午後		パッチワーク サークル (5名)	からだの時間 (3名) 卓球サークル	パステル画 びあくらぶイベ ント(予約制)		
午前	18	19 ランチ(6名)	20	21 ランチ(6名)	22	23 ランチ(6名)
午後	よりよいコミュニケーションのために (5名)	旭びあくらぶ の集い(4名)				
午前	25	26 ランチ(6名)	27	28 ランチ(6名)	29	30 ランチ(6名)
午後		お医者さんと話そう (4名)	家族のたまり 場			

★ランチの参加を希望される方は当日10:30に1階交流室に集合してください。

定員の6名を超えた場合はくじ引きを行います。

## ☆ あけぼの会 共同事業 ☆

○家族のたまり場: しばらくお休みです。

○パステル画のつどい: しばらくお休みです。

## ☆ 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。

○アニメアソビサークル: 館内の掲示板を確認してください。