

ほっとぽっとNEWS

2021年 6月7月号 (ニュース)



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://tomoni-people.net>

【ピア特集号】

ほっとぽっとのピア活動ってなに？



「生きづらさの中でも自分が何か役にたてるかも…
 それがうれしい」自分のできる範囲で活動しながら
 社会や誰かの為になる喜びや仲間の広がりをもつ
 ことを大事に、ほっとぽっとでは沢山のピア活動が
 あります。 ぴあスタッフ

～ぴあスタッフより季節のご挨拶～

入梅が近づいてまいりました

見ごろの花も終わり、
 梅雨支度が始まります。
 くせっ毛の人には大変な
 日々到来です。それが過ぎれば、スイカ
 バーがおいしい夏が待っています。



～ほっとぽっとピア活動紹介 vol.1～

ぴあスタッフ

今回はぴあスタッフについて紹介していきます。
 いろいろある活動の「まとめ役」「推進役」
 で、職員と一緒にほっとぽっとを作っていく役
 割があります。また、初回の方の館内案内やフ
 リースペースになじめない方のお話し相手や仲間を作る
 きっかけ作りの役割もあります。



ぴあスタッフ・澤田

～旭びあくらぶ お花見散歩 報告～

3/31(水) 参加者7名

今年は密を避けるために帷子川沿いを1時間近
 くかけてゆっくり散歩しました。当日は晴天だ
 ったので、近所の人たちも歩いていました。桜はも
 ちろん他の花々も咲いていてキレイでした。いろ
 いろな種類の飲み物を買って、皆でくじ引きをし
 て選びましたが、ハズレ用として買ったDrペッ
 パーがなぜか一番人気でした。体を動かすと気分
 もスッキリ ♪ ぴあスタッフ (秋)

～旭びあくらぶのつどい 報告～

4/20 前半は今年のバスハイクをどうする
 か？について。まだ詳細は決まっていますが
 勉強会（研修会）と抱き合わせでやる方向で考
 えています。秋頃にできたらいいなあ～どうな
 るかは分かりませんが…という感じです。後半
 の分かち合いテーマは「仕事・趣味・生活など
 の自分にとっての理想のパートナー」につい
 て。「パートナー」だから「人」について話が
 出てくると思いきやゲームやスマホ、音楽など
 物事に対しての話が多かったなあ～。(秋)

5/18 4月に引き続きバスハイクと納涼会につい
 て。バスハイクは開催予定ですが現状では確定でき
 ないので心苦しいです。水面下では内容について話を進
 めていく予定。納涼会は昨年同様「なんちゃってスイ
 カ割り大会」を行う予定ですが、花火とスイカの提供
 はありません。後半の分かち合いテーマは「ほっとぽ
 っとのスタッフ・メンバー・ぴあスタッフについて思
 うこと」。みんなざっくばらんに話して白熱しました
 (笑)。ということで次回6/15の分かち合いは同じテ
 ーマのパート2ということになりました！ (秋)

※コロナ禍のため参加者を4名(+ぴあスタッフ)に制限しています。受付は当日午後です。ざっくばらんにのん
 びりみんなで話をしていますので初めての方やお久しぶりの方も気が向いたらぶらっと来てください。また、1
 階交流室にアイデアBOXを設置しています。やりたいこと話したいこと等アイデアやご意見お待ちしております

4月 利用者ミーティング報告

4月1日(木) 10名参加

- ほっとぽっとからの連絡
 - ・新任職員の紹介(参照→)
 - ・情報提供「区民生活防災マップ」について
- 防災係より
 - ・防災アンケートのまとめを発表
- 旭びあくらぶより
 - ・お花見の報告
 - ・つどいについて
- その他
 - ・交流室の席と鍵管理表について話し合いました。長時間の離席は手荷物を置いたままにせず譲り合い、声を掛け合いましょう！

5月 利用者ミーティング報告

5月6日(木) 12名参加

- ほっとぽっとからの連絡
 - ・受付簿の変更、人事、虫よけ対策、冷蔵庫の利用についてお知らせ
 - ・本館ミニ清掃へ協力をお願い
- 旭びあくらぶより
 - ・つどいについて
- 皆さんからの議題・その他
 - ・交流室の席については引き続き譲り合い、声を掛けあいましょう
 - ・カレンダーについての意見がありました
 - ・卓球サークル活動が月1～2回となります
 - ・氷の利用について話し合いました→当面利用を見合わせることに決まりました



次回の利用者ミーティング

6月3日(木) 14時～
 7月1日(木) 14時～

報告事項があります。ご出席ください！



本館ミニ清掃のお知らせ

5/27(木)、6/1(火)、予備日で6/17(木)を予定して
 います。時間は13時半から1時間です。
 ご協力よろしくお願いいたします!!



新任職員の紹介

4月よりお世話になっております。前職場では「Red Space Happy Man」と呼ばれていました。新任スタッフの赤間幸男(あかまゆきお)でございます。昨年は旭区社会福祉協議会(あんしんセンター)の生活支援員をしていました。福祉の仕事歴は浅く言葉など様々な面で皆様に教えて頂きながら理解していこうと思っています。体型はこの数年変わらず80kgを維持しながらコロナウイルスに負けず毎日アルコール消毒し、迷惑をかけないよう頑張りますので、どうぞよろしくお願い致します。

ランチ 黙食実施中!!

～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。

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



2021年 6月 ランチ&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。また、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		市民の会総会
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		レディース ルーム(5名)	
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		
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)	お医者さんと話 そう(4名)	家族のたまり 場			
午前	28	29 ランチ(6名)	30			
午後						

☆ 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

○OLADY'S ROOM 女性のためのサロン:14時~別館サロン

○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!:14時~ ※曜日・時間が変更となっています

○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 7月 ランチ&プログラム



	月	火	水	木	金	土
午前				1 ランチ(6名)	2	3 ランチ(6名)
午後						利用者ミーティング
午前	5	6 ランチ(6名)	7	8 ランチ(6名)	9	10 ランチ(6名)
午後					レディース ルーム(5名)	
午前	12	13 ランチ(6名)	14	15 ランチ(6名)	16	17 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 からだの時間 (3名)	パステル		
午前	19	20 ランチ(6名)	21	22 ランチ(6名)	23	24 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	26	27 ランチ(6名)	28	29 ランチ(6名)	30	
午後		お医者さんと 話そう(4名)	卓球サークル 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。

★横線——はお休みです。

☆ 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

○アニメアソソサークル:館内の掲示板を確認してください