

ほっとぽっとNEWS

(ニュース)

2022年 8月9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://tomoni-people.net>

しんどいけど 頑張ってるりきりましょう！

施設長 田中



猛暑の中、急激な感染拡大に翻弄され、外出もマスク外しも最終的にどうしたらいいのやら？一人一人が折合いを付けてそのつど選択・実行するしかありません。そのためには自分や環境をよく見て判断したり、柔軟に変化を受け入れたりすることができると思えます。

近況では、ほっとぽっとのスタッフ室レイアウト変更に伴い、7/7より中の通り抜けができなくなりました。ドアは開いていますスタッフへのお声かけや相談は今まで通りできます。個人情報保護と不足する席を確保するため、ご理解をお願い致します。

法人（共に歩む市民の会）が初めてのグループホーム「メゾンほっと」を今年10月に開設します。準備を着々と進めており、8月頃から入居者募集も始まります。場所は旭区内、シェアハウスタイプ、6名、男女不問です。

関心のある方、詳細を知りたい方はぜひご相談下さい。



～旭びあくらの集い 報告 & お知らせ～

★6月のぴあくらぶでは、夏に行きたいイベントについて話し、8月に「納涼会」を行うことに決定しました。分かち合いのテーマは「お金の使い方パートⅢ」として、物価が上がったことや年金額がどうなるのかなど生活や医療に関わること等についての意見や工夫を共有して盛り上がりました。



★7月のぴあくらぶでは、納涼会「なんちゃってスイカ割り(ビーチボール叩き)」について具体的な内容を決めました。分かち合いのテーマは「不安の対処法(家族や将来・経済面など)」について普段思っている事やその対処の方法など、それぞれの人が抱えている悩みについて共有しました。対処の一例として具体的な本

資料の紹介もあり時間が足りないくらいでした。

★6月23日普段ほっとぽっとでぴあ活動をしている人達で「ぴあミーティング」を行いました。普段どんな気持ちで活動しているのか、どんなことを大事にしているかなど一人ひとりの声を聴きながら楽しく行いました。人それぞれの違った考え方に感心したり、同じ悩みや苦労に共感したり、大変貴重な時間となりました。秋口に第2回目を行う予定です。

★次回のぴあくらぶの集いは、8月はイベントの為に休みなため、9月になります。分かち合いのテーマは「不安の対処法パートⅡ(家族や将来・経済面など)」になります。

ぴあスタッフ・澤田



ダジャレ・ザ・ベスト

メンバーさんによるクスッと笑えるダジャレをシェアします♪

◆夏の太陽は、神様からの贈り物だ！ おかげ様〜(SUMMER)！

◆9月になるとロツツのできるパーがあるのです。SEPTEMBER ⇨ 接吻パー

◆A君「お金は大事だよ！でも、おっかねえ！」 B君「まあねー(MONEY)！」

◆日本は平和だ。へーいーわー♡ へえ〜良いわあ〜♡

時をかけるドラえもんタイガーマスク 大和景司



6月 利用者ミーティング報告

6月2日(木) 11名参加



1. ほっとぽっとからの連絡

- ・お話ボランティアさんの登録がありました
- ・5月のミニ清掃の報告をしました
- ・研修受入れのお礼と予定の連絡をしました
- ・精神保健福祉セミナーの意見を募集中です

2. 旭びあくらぶより

- ・5月17日つどいは『お金の使い方パートⅡ』をざっくばらんに話しました

3. 皆さんからの議題、その他

- ・アクリル板にティッシュボックスを置かないでほしい→気になる方は戻してください
- ・ポットのお湯がないことがある→次の方のため補充しましょう。迷う時は職員へ
- ・パステル画のつどいは？→お休み中です
- ・氷と麦茶は？→感染症対策により用意はしてありません。ご理解下さい
- ・ペーパータオルが無い時→お声がけ下さい
- ・近隣の工事中は洗濯を外に干さないほうがよいのでは？→状況に合わせて干します

7月 利用者ミーティング報告

7月1日(金) 6名参加



1. ほっとぽっとからの連絡

- ・6月のミニ清掃の報告をしました
- ・6月の研修受入れありがとうございました
- ・ポットのお湯補充、ゴミの分別、感染症予防対策の黙々喫煙を引き続き行いましょう
- ・調理バイトお休みの連絡をしました。ランチはあります
- ・精神保健福祉セミナーの意見を募集中です
- ・事務所内レイアウト変更で通り抜けができなくなります。ドアは開放しています

2. 旭びあくらぶより

- ・6月21日つどいは『お金の使い方』の3回目、フリートークしました
- ・7月のテーマは『不安の対処法』です
- ・納涼会お楽しみに！

3. 皆さんからの議題、その他

- ・特にありませんでした

今後の利用者ミーティング

8月4日(木) 14時～

9月1日(木) 14時～



ぴあくらぶ納涼会(なんちゃってスイカ割)のご案内

納涼会を行います!! 参加希望の方は、ほっとぽっと1階の予約表(掲示板)にお名前をご記入ください。

電話予約は受付けていません。先着20名まで!!

日時: 令和4年8月16日(火) 14~15:30程度

集合場所: ほっとぽっと前の公園

※ほっとぽっとで検温して下さい!!

参加費: 無料 参加賞あり

雨天の時またコロナの状況によって、参加賞のみ

お渡しすることになります。ふるって

ご参加ください。ぴあスタッフ一同



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名以下の場合には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



2022年 8月 ランチ&プログラム

2022年 9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あります。予めご了承ください。

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|---|----------------|---|--|-----------------|---------------|
| 午前 | 1  | 2 ランチ(6名) | 3 | 4 ランチ(6名) | 5 | 6 ランチ(6名) |
| 午後 |  | | | 利用者ミーティング | | |
| 午前 | 8 | 9 ランチ(6名) | 10 | 11 ランチ(6名) | 12 | 13 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) | 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) | | レディースルーム(5名)夏休み | |
| 午前 | 15 | 16 ランチ(6名) | 17 | 18 ランチ(6名) | 19 | 20 ランチ(6名) |
| 午後 | | 旭びあくらぶ納涼会(20名) |  | パステル | | |
| 午前 | 22  | 23 ランチ(6名) | 24 | 25 ランチ(6名) | 26 | 27 ランチ(6名) |
| 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(8名) | | | |
| 午前 | 29 | 30 ランチ(6名) | 31 |  | | |
| 午後 | | | | | | |

| | 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) | からだの時間(3名) | | | |
| 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(5名) | | パステル | | |
| 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(8名) | | | |

★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：13時半～別館サロン ※6月より再開しました。

○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。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

☆ ほっとぽっとプログラム案内 ☆ ★毎月1日より予約を受け付けます

○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～本館2階フリースペース ※時間が変更になっています。ご注意ください。

○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