

# ほっとぽっとNEWS

(ニュース)

2023年 2月3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>

## ほっとぽっと移転 について 第2弾

施設長 田中梨奈

令和5年がスタートしました。

ほっとぽっと開所が2005年2月14日なので新18歳成人になったところです。

本年はいよいよ新施設への移転実現の年です。2018年総会で初めて移転の方針が決定し早5年、いくつもの話が出ては消え、その間に現ほっとの

老朽化が進み、防災上の不安もあり補修を重ねました。1月には10

年前みんなで作った別館の竹垣が崩壊し撤去しました。

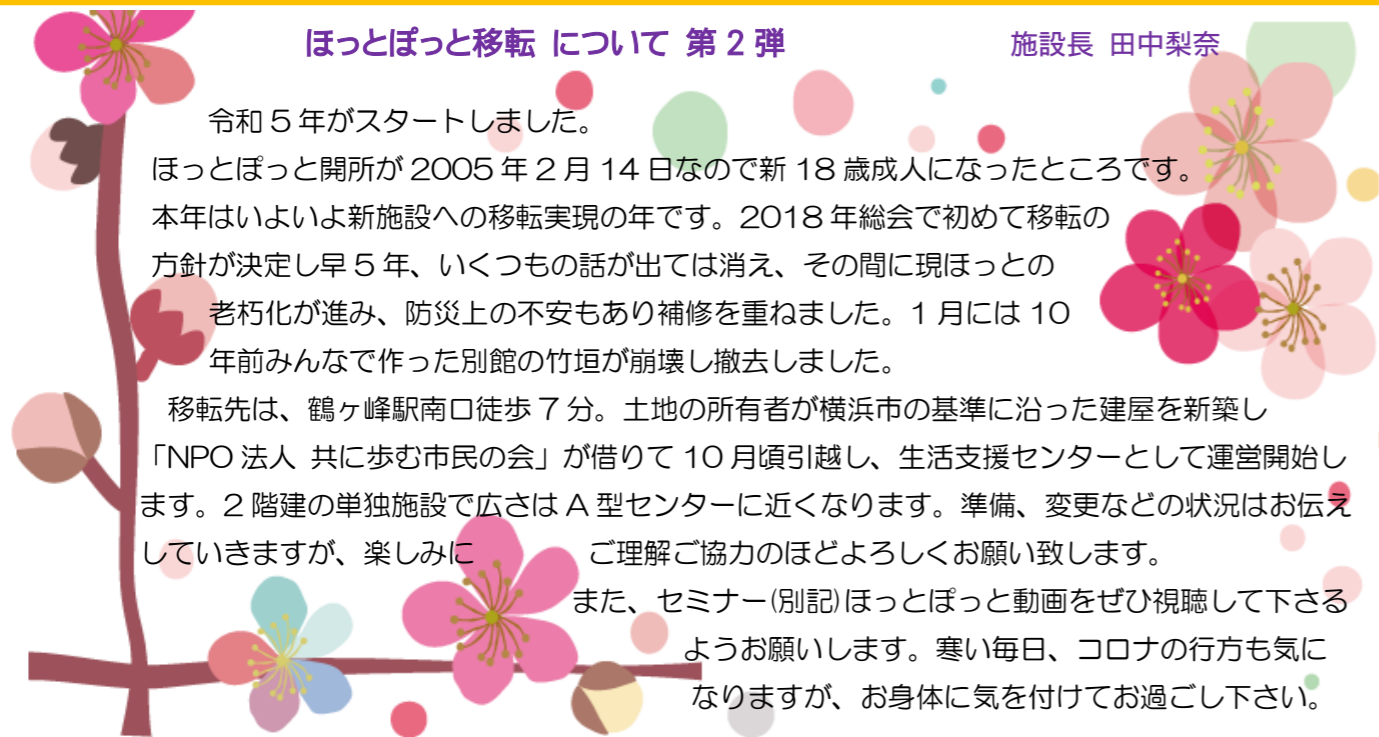
移転先は、鶴ヶ峰駅南口徒歩7分。土地の所有者が横浜市基準に沿った建屋を新築し

「NPO法人 共に歩む市民の会」が借りて10月頃引越し、生活支援センターとして運営開始します。2階建の単独施設で広さはA型センターに近くなります。準備、変更などの状況はお伝え

していきますが、楽しみにご理解ご協力のほどよろしくお願い致します。

また、セミナー(別記)ほっとぽっと動画をぜひ視聴して下さい。

寒い毎日、コロナの行方も気になります。お身体に気を付けてお過ごし下さい。



## 第24回 旭区精神保健福祉セミナー

### チャレンジあさひ 私のパワースポット

YouTube 配信 ※申込み不要・参加無料

令和5年1月30日(月)10:00~

3月31日(金)15:00

「チャレンジ」とは

「挑戦するチャンスを与えられた人」という意味。

障害をもつことによる体験をポジティブに生かそう

という思いから、アメリカで使われ始めた言葉です。

今年は区内4つの事業所(パワースポット)から、当

事者の取り組みや変化、思いなどをお伝えします!!

動画を載せる事業所

◆旭区生活支援センターほっとぽっと

◆就労継続支援B型マインド葦

◆就労移行支援事業所「ア`ヨ`サ`サ`ト二俣川

◆就労継続支援B型ウイングス

見てね!

## ダジャレ・ザ・ベスト

メンバーさんによるクスツと笑えるダジャレをシェアします♪

◆2月3日、鬼に豆投げて口づけする日の

ことを**節分(接吻)**と言う。

◆3月3日の**ひな祭り**の日は、全然魚が釣れ

ないんだってサ。これ**そ賤な釣り**である。

◆**さお**をもって**ウォー**と動き回るのを、

**右往左往**と言う。

◆**歌謡**曲が好きなんて本当かよう?



◆新型コロナウイルスの流行で、みんなは**マスク**をつけているが、僕だけ**タイガーマスク**を被っている。

**時をかけるドラえもんタイガーマスク** 大和景司

## 12月 利用者ミーティング報告

12月2日(木) 7名参加

1. ほっとぽっとからの連絡

・新スタッフ挨拶。

・看護実習生受け入れお礼

・本館ミニ清掃お礼。10月~11月計4回館内清掃

・ゴミの分別について、ゴミの分別徹底のお願い

・12月のランチ木・土は引き続き休止

2. 旭びあくらぶより

・11月つどい「コロナ前と今の変化3・夢中になれること」

・12月つどい「ゆく年くる年」

・クリスマス会は本年度も中止

3. 皆さんからの議題・その他

・プログラム、ミニ清掃についての意見交換がありました



## 1月 利用者ミーティング報告

1月5日(木) 8名参加

1. ほっとぽっとからの連絡

・高橋職員退職挨拶、源川職員異動挨拶

・1月12日より木曜日ランチ再開

・精神保健福祉セミナーチラシ完成。チラシ配架中 YouTube 配信期間は、令和5年1月30日~

令和5年3月31日の予定

2. 旭びあくらぶより

・12月つどい「ゆく年くる年」

・1月つどい「本村神明社へ初詣」

3. 皆さんからの議題・その他

・精神保健福祉セミナーについて、館内消耗品について意見交換を行いました。



## 次回の利用者ミーティング

2月2日(木) 14時~

3月2日(木) 14時~



## ~旭びあくらぶの集い 報告~

◆毎月第3火曜日の14:00~集いを行っています。

12月は「私の行く年、来る年」について話しました。

「家を離れて過ごす」「自分のためにしたことが、他の助けになったらいい」などの意見が出ました。

◆次回2月は「どのような正月を過ごしたか」をテーマに話し合います。

◆1月の初詣は中止にしました。あしからず。

ぴあスタッフ・深井



## ランチ 黙食実施中

~参加は6名とさせていただきます~

☆木曜は、笹沼佳代さん(調理バイト)担当します

☆ 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



## 2023年 2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。  
また、予告なくプログラム・ランチの中止や延期、再開となる場合が考えられます。ご了承下さい

|    | 月                         | 火                  | 水                         | 木             | 金                | 土             |
|----|---------------------------|--------------------|---------------------------|---------------|------------------|---------------|
| 午前 |                           |                    | 1                         | 2<br>ランチ(6名)  | 3                | 4<br>ランチ(6名)  |
| 午後 |                           |                    |                           | 利用者ミーティング     |                  |               |
| 午前 | 6                         | 7<br>ランチ(6名)       | 8                         | 9<br>ランチ(6名)  | 10               | 11<br>ランチ(6名) |
| 午後 |                           |                    | からだの時間<br>(3名)            |               | レディース<br>ルーム(5名) |               |
| 午前 | 13                        | 14<br>ランチ(6名)      | 15                        | 16<br>ランチ(6名) | 17               | 18<br>ランチ(6名) |
| 午後 | よりよいコミュニケーションのために<br>(5名) | パッチワーク<br>サークル(5名) |                           | パステル          |                  |               |
| 午前 | 20                        | 21<br>ランチ(6名)      | 22                        | 23<br>ランチ(6名) | 24               | 25<br>ランチ(6名) |
| 午後 |                           | 旭びあくらぶ<br>(5名)     | 卓球サークル<br>家族のたまり<br>場(8名) |               |                  |               |
| 午前 | 27                        | 28<br>ランチ(6名)      |                           |               |                  |               |
| 午後 |                           | お医者さんと話<br>そう(4名)  |                           |               |                  |               |

## ☆ 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

○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



## 2023年 3月 ランチ&amp;プログラム

|    | 月                     | 火                  | 水               | 木             | 金                | 土             |
|----|-----------------------|--------------------|-----------------|---------------|------------------|---------------|
| 午前 |                       |                    | 1               | 2<br>ランチ(6名)  | 3                | 4<br>ランチ(6名)  |
| 午後 |                       |                    |                 | 利用者ミーティング     |                  |               |
| 午前 | 6                     | 7<br>ランチ(6名)       | 8               | 9<br>ランチ(6名)  | 10               | 11<br>ランチ(6名) |
| 午後 |                       |                    | 卓球サークル          |               | レディース<br>ルーム(5名) |               |
| 午前 | 13                    | 14<br>ランチ(6名)      | 15              | 16<br>ランチ(6名) | 17               | 18<br>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<br>サークル(5名) | からだの時間<br>(3名)  |               |                  |               |
| 午前 | 20                    | 21<br>ランチ(6名)      | 22              | 23<br>ランチ(6名) | 24               | 25<br>ランチ(6名) |
| 午後 |                       | 旭びあくらぶ<br>(5名)     | 家族のたまり<br>場(8名) | パステル          |                  |               |
| 午前 | 27                    | 28<br>ランチ(6名)      | 29              | 30<br>ランチ(6名) | 31               |               |
| 午後 |                       | お医者さんと話<br>そう(4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