

ニュース

## ほっとぽっとNEWS

2023年10月・11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。

相鉄線鶴ヶ峰駅南口から徒歩6分

住所：旭区鶴ヶ峰1-29-1

TEL：045(744)8244

HP：<http://tomoni-people.net>

## 移転実現！新しいほっとぽっとをよろしくお祝いします！

施設長 田中梨奈

10/9(月)から新ほっとぽっとでの運営を開始します。色々ご不自由をおかけしましたが、これからは新しい環境で職員一同頑張っていきますので、よろしくお祈りいたします。多くの方のご利用をお待ちしています！

新施設は広く清潔で安全に配慮した設計になっています。フリースペースは、大きなテーブルで交流したり、お一人さま席で自分のペースで過ごしたり、それぞれの過ごし方ができるようになっています。プログラムも少しずつ再開する予定です。移転に伴う変更点もありますので、中面をご覧ください。ご不明点はお尋ねください。

## 利用者ミーティング報告

8/3(木) 15名参加

☆第1回移転説明会

移転に伴う利用日程、場所、館内利用方法の説明

☆第25回旭区精神保健福祉セミナーについて

☆旭びあくらぶから納涼会、仲間同士の集いの報告

☆旭区卓球大会の応援の募集について

8/15(火) 第2回移転説明会 14名参加

9/7(木) 9名参加

☆第3回移転説明会 様式変更についての意見交換

☆第25回旭区精神保健福祉セミナーについて

☆10月以降のミーティング日程の変更について

次回 10/26(木)・11/16(木) 14:00~

## 旭びあくらぶの集い 報告・予定

## 報告

🌸8/15(火)「ほっとぽっとのメンバーと仲良くするには」  
参加者5名

🌸8/31(木)「私の体験発表会」発表者2名 参加者13名

## 予定 ※10月以降は2階フリースペースで開催

🕒9/19(火) 14:00~「新ほっとぽっとで何がしたいか」

🕒10/17(火) 14:00~「移転についてフリートーク」

🕒11/21(火) 14:00~「未定」

## 移転に伴うお知らせ

★来所の際は、メンバーズカードをお忘れなく！

★関係機関向け内覧会を10/12(火)・13(水)、

地域住民向け内覧会を10/14(土)に開催予定です

★プログラムの「レディスルーム」は、誰でも参加できる

「かんたんアート」に名称変更しました

## 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

★ご見学の際は事前にご連絡ください

## ランチ

☆毎週 火・木 1食 350円

☆参加希望者は、当日10:30に

2階フリースペースに集合してください

定員を超えた場合はくじ引きとなります

☆メニューは館内掲示をご確認ください

※当日変更になる場合があります。

予めご了承ください。



どこかにもう1匹隠れているよ♪



## 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♪

置いておくことは、そこに青春を  
置いておくこと。気持ちが若ければ  
いつまでも青春だ~!

時をかけるドラえもんタイガーマスク

大和景司

# 月間スケジュール

★10月は移転に伴いプログラムの変更があります

	10月		11月	
	午前	午後	午前	午後
1日	休館			
2日			ランチ(8名)	
3日				
4日				★16:00 閉館
5日	フリースペースの利用はできません 電話相談は通常通り		休館	
6日				よりコミ 14:00～(1階)
7日	引越し		ランチ(8名)	
8日	休館			からだの時間 14:00～(1階)
9日	フリースペースの利用はできません 電話相談は通常通り		ランチ(8名)	
10日	フリースペースは見学のみ 電話相談は通常通り			かんたんアート 14:00～(1階)
11日	フリースペースは見学のみ / 卓球サークル 12:00～			★16:00 閉館
12日	関係機関向け内覧会 (フリースペースの利用はできます)		休館	
13日				
14日	地域住民向け内覧会	★16:00 閉館	ランチ(8名) パッチワーク 13:30～(2階) Drと話そう 14:00～(1階)	
15日	休館			
16日			ランチ(8名)	利用者ミィツグ 14:00～(2階)
17日	ランチ(8名)	びあくらぶ 14:00～(2階)		
18日				★16:00 閉館
19日	ランチ(8名)		休館	
20日				
21日		★16:00 閉館	ランチ(8名)	びあくらぶ 14:00～(2階)
22日	休館		卓球サークル 12:00～	家族のたまり場 14:00～(1階)
23日			ランチ(8名)	
24日	ランチ(8名)			
25日	卓球サークル 12:00～			★16:00 閉館
26日	ランチ(8名)	利用者ミィツグ 14:00～(2階)	休館	
27日				
28日		★16:00 閉館	ランチ(8名)	
29日	休館			
30日			ランチ(8名)	
31日	ランチ(8名)			

プログラムは  
1階で開催します

<プログラム> \*からだの時間:身体とところをほぐすリラックスタイム \*かんたんアート:もぎり絵などの作品作り

\*よりよいコミュニケーションのために:コミュニケーションについてロールプレイを通して学ぶ SST

\*お医者さんと話そう!:グループで行う精神科医の嘱託医相談 (みんなのメンタルクリニック 玉澤彰英医師)

<家族会共催> \*家族のたまり場 \*パステル画のつどい(休止中)

<サークル> \*卓球サークル:白根地区センター \*パッチワークサークル:2階フリースペース

# ほっとぽっと移転について

## (1) 移転時期の予定

	フリースペース	洗濯	入浴	電話相談	ランチ	予定
10/2 (月)	○	○	○	○		
10/3 (火)	○	○	○	○	お休み	
10/4 (水)	○	○	○	○		
10/5 (木)	×	×	×	※混雑	お休み	
10/6 (金)	×	×	×	※混雑		
10/7 (土)	×	×	×	※混雑		
10/8 (日)	休 館 日					
10/9 (月)	×	×	×	※混雑		この日より新電話番号
10/10 (火)	※見学のみ	×	×	※混雑	お休み	
10/11 (水)	※見学のみ	×	×	※混雑		
10/12 (木)	★内覧会のため、ゆっくり過	★	★	※混雑	お休み	関係機関の内覧会
10/13 (金)	ごしたい方は10/16以降の	★	★	※混雑		関係機関の内覧会
10/14 (土)	利用をお勧めします	★	★	※混雑		ご近所の方の内覧会

※この間の電話相談は混雑が予想されます。

## (2) 住所

旭区鶴ヶ峰 1 丁目 29-1 (鶴ヶ峰駅南口より徒歩 6 分程度)

〈電話〉 045-744-8244 〈FAX〉 045-744-8243 10/9(月)より変更となります

## (3) 移転後の利用方法 (変更) について

- ① **全面禁煙**となります 室内外問わず敷地内全ての場所で禁煙となります
- ② 原則**ごみはお持ち帰りください**  
持ち込みゴミ (弁当の空容器や空のペットボトル等) は持ち帰りの協力をお願いします  
(ただし、手洗い後のペーパータオルなどは捨てることができます)
- ③ **室内履き**はご自身でご用意ください (お忘れの場合は貸出しします)
- ④ フリースペースには**冷蔵庫・電子レンジ・ハンガーラック**を設置します
- ⑤ **調理室**はランチ中を除き、**施錠**いたします  
飲料水につきましては**ウォーターサーバー**を設置します (92℃のお湯が出ます)
- ⑥ 入浴サービス利用時は**タオル・シャンプー・ボディソープ**など必要なものは  
ご自身でご用意ください (お忘れの場合は貸出しします)
- ⑦ **駐輪場**はございません  
近隣の駐輪場をご利用いただくか、公共交通機関をご利用ください
- ⑧ **受付方法**が変更となります  
メンバーズカードを必ずご持参いただき、窓口にて一時お預かりいたします  
帰宅時にご返却しますので、お忘れにご注意ください



#### (4) 移転についてのQ&A

利用者向け説明会や所内に設置した意見箱等で、みなさんからご意見をいただきました。すべてのご要望に添えず申し訳ありませんが、何卒ご了承ください。

Q1. 下駄箱はありますか？

A1. 玄関に設置してあります

Q2. 静養室はありますか？男女別ですか？（できれば分けてほしい）

A2. 2室あります。使い方については検討中です。

Q3. 卓球サークルの用具を入れておくロッカーはありますか？

A3. 2階フリースペースに設置予定です

Q4. ウォーターサーバーの紙コップは捨てられますか？

A4. ほっとぽっとで提供しているペーパータオルや紙コップは捨てられます。

Q5. 残菜について

- ・カップラーメンの汁や弁当の残りは捨てられますか？
- ・弁当の空き箱やペットボトルをゆすげるところはありますか？
- ・お茶のカスは捨てられますか？

A5. 2階洗濯室奥に汚物処理用の洗い場があり、設置されているネットに捨てられます。

Q6. 氷は使えるようになりますか？

A6. 冷蔵庫はありますが、氷は作れません。

Q7. ランチの人数は増えますか？

A7. 検討はしますが、しばらくの間は変更ありません。

Q8. メンバースカードは新しくなりますか？

A8. 既存の物をご利用いただけます。変更箇所のシールも配布中です。

紛失した方は再発行しますので、お声かけください。

また、当日お忘れの場合は別のカードに記入していただき対応します。

Q9. プログラムの再開はいつ頃ですか？

A9. 11月頃から再開予定です。詳しくは月間スケジュールをご覧ください。

Q10. 利用者の見学時に家族同伴は可能ですか？

A10. 可能です。

ご不便おかけしますが、  
ご協力よろしく申し上げます

