

旭びあくらび 仲間同志の集い 報告

『仲間同志の集い』は当事者によるミーティングです。「何かやりたいなあ」「当事者に相談してみたいなあ」などをみんなで考えていきます。

報告

- 8月 将来の夢について 参加者 6名
- 9月 メンタル維持・向上について 参加者 3名

予定

- 10/15(火) 13:30~ クリスマス会の検討
- 11/19(火) 13:30~ 未定

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

スーパー銭湯 ^{せんとう} はすごくいい!

満足できない可能性は ^{すう} 数パーセント!



時をかけるドラえもんタイガーマスク
大和景司

ほっとぽっと インスタグラム



asahi_hotpot で検索



@ASAHI_HOTPOT



お庭番くらぶ 通信

ほっとぽっと玄関前で園芸、家庭菜園をしています
今回は、この夏に収穫した量を大発表!

ナス	38本	
白ナス	21本	
長ナス	15本	
きゅうり	55本	
ミニトマト	282個	
ピーマン	89個	
ゴーヤ	16本	
白ゴーヤ	8本	

たくさんの収穫ができました!
秋も一緒に活動していきましょう!



ご協力お願いします!

10月に実習生が来ます
フリースペースを中心に皆さまと交流が
できたらと思っていますので
ご協力をお願いします!



ご利用案内

- ★開館日: 月~土曜日 (休館日: 日曜・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
- ★来所時は、メンバーズカードをご持参ください

ランチ

- ☆ 毎週 火・木 1食 **350円**
- ☆ 参加希望者は、**当日 10:30** に
2階フリースペース集合
- ☆メニューは館内掲示をご確認ください
- ※定員を超えた場合はくじ引きとなります
- ※メニューは当日変更になる場合があります。
予めご了承ください。



ほっとぽっとNEWS

ニュース
2024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>



スイカ割り大会

8/21(水) 14名参加

ビーチボールでなんちゃってスイカ割りを楽しんだ後、
つめた〜いスイカと飲み物で涼を取りました!

参加者からは「暑かったけどテントの下でみんなとスイカを食べて
雰囲気良かった。楽しかった」とコメントをいただきました



ズーラシア散策

9/17(火) 3名参加

実行委員会で企画・運営を行いました
お天気にも恵まれ、生まれたばかりのオカピの
赤ちゃんがお披露目されるおめでたい日に行く
ことができました!



利用者ミーティング報告

8/5(月) 6名参加

☆精神保健福祉セミナー

「私のスマホの使い方って依存症ですか?」という
タイトルで2/14(金)に開催予定です。

☆8/21 スイカ割り、8/24-25 地域のお祭りの告知
☆ランチについて

ランチ代維持のため、8月からランチの食材をヨシ
ケイで調達しています

9/11(水) 4名参加

☆ランチの金額の件

工夫をしながら継続に努めてきましたが、ランチ代
350円を継続することが難しくなってきました。
今後については、再度検討中です。

次回 10/7(月) 13:30~
11/11(月) 13:30~

イベント情報

焼きいもまつり

日時 10/31(木) 午前
ホクホクの焼きいもと一緒に食べましょう!
参加費 100円

ハンドメイド・クリスマス

日時 11/28(木) 午前
世界で一つのオリジナルなクリスマス飾りを作って
みませんか?参加費は無料です!

鶴ヶ峰地域ケアプラザ ふれあいまつり 出店!

日時 10/6(日) 11時~14時
地域作業所による販売やイベント盛りたくさん!
ほっとぽっとも新鮮野菜や苗などを販売予定です

※詳細はフリースペース掲示板でご確認ください

月間スケジュール

🌸 : お庭番くらぶ活動日

		午前	午後
1	火	ランチ(8名)	
2	水		からだの時間 (1階)
3	木	🌸 ランチ(8名)	
4	金		
5	土		★16:00 閉館
6	日	休館	11~14時 鶴ヶ峰CPふれあいまつり ほっとも参加します♪
7	月		利用者ミーティング(2階)
8	火	ランチ(8名)	パッチワーク (1階)
9	水		
10	木	🌸 ランチ(8名)	よりコミ(1階)
11	金		かんたんアート (1階)
12	土		★16:00 閉館
13	日	休館	
14	月		
15	火	ランチ(8名)	仲間同志の集い (1階)
16	水		家族のたまり場 (1階)
17	木	ランチ(8名)	パステル画 (1階)
18	金		
19	土		★16:00 閉館
20	日	休館	
21	月		
22	火	ランチ(8名)	Drと話そう (1階)
23	水	12:00~ 卓球サークル	
24	木	🌸 ランチ(8名)	
25	金		
26	土		★16:00 閉館
27	日	休館	
28	月	ふれスポ卓球大会 🏓	
29	火	ランチ(8名)	
30	水		
31	木	🌸 ランチ(8名) 焼きいもまつり	

<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づくり
 *よりよいコミュニケーションのために(よりコミ):ロールプレイを通して学ぶ SST
 <ミーティング> *利用者ミーティング *仲間同志の集い(ピアミーティング) ※ミーティングは予約不要



これと同じ絵がどこかに隠れているよ♪

🌸 : お庭番くらぶ活動日

		午前	午後
1	金		
2	土		★16:00 閉館
3	日	休館	
4	月		
5	火	ランチ(8名)	
6	水		からだの時間 (1階)
7	木	🌸 ランチ(8名)	よりコミ (1階)
8	金		かんたんアート (1階)
9	土		★16:00 閉館
10	日	休館	
11	月		利用者ミーティング(2階)
12	火	ランチ(8名)	パッチワーク (1階)
13	水	12:00~ 卓球サークル	
14	木	🌸 ランチ(8名)	
15	金		
16	土		★16:00 閉館
17	日	休館	
18	月		
19	火	ランチ(8名)	仲間同志の集い (1階)
20	水		家族のたまり場 (1階)
21	木	🌸 ランチ(8名)	パステル画 (1階)
22	金		
23	土		★16:00 閉館
24	日	休館	
25	月		
26	火	ランチ(8名)	Drと話そう (1階)
27	水	12:00~ 卓球サークル	
28	木	🌸 ランチ(8名) ハンドメイド・クリスマス 🎄	
29	金		
30	土		★16:00 閉館

<嘱託医相談> お医者さんと話そう! :グループで行います(みんなのメンタルクリニック二俣川 玉澤彰英医師)
 <家族会共催> *家族のたまり場 *パステル画(5名まで)
 <サークル> *卓球サークル(センターで集合し白根地区センターで開催) *パッチワークサークル

★開始時間は 13:30~ となります (卓球サークルを除く)
 ★事前予約制 前月20日より翌月分の予約を受け付けます