

旭びあくらぶ 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

10月 クリスマス会について 参加者 5名
11月 12・1月のイベントの話 参加者 3名

予 定

クリスマス会

12/17（火）13：30～ 参加費：300円
所内掲示にて参加申し込みを受け付け中（定員20名）
ビンゴゲームとクリスマスケーキを楽しみましょう！

初詣

1/14（火）13：30～ 本村神社へ参拝します
※要予約 詳細は所内掲示をご覧ください

次回集い 1/21（火）13：30～
2/18（火）13：30～

鶴ヶ峰地域ケアプラザ

ふれあいまつりに出店しました！

お天気に恵まれた10/6（日）、鶴ヶ峰地域ケアプラザにて開催されたふれあいまつりに出店しました！
ご縁のある方から仕入れた新鮮野菜の販売をしつつ、センターのご紹介を地域の皆様にさせていただく機会となりました。



プログラム参加の方へ

*多目的室に入室できるのは開始5分前からです
*貴重品を含む荷物はロッカーにお入れください
*準備や片付けのご協力をお願いします

年末年始の休館について

12/29（日）～1/3（金）まで
フリースペース・電話相談含め
お休み となります

ほっとぽっと インスタグラム



asahi_hotpot

で検索



@ASAHI_HOTPOT

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

12/5 まで 350円

12/10 から 450円

☆ 毎週 火・木 1食 450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

2024年 12月 2025年 1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
H P：<http://tomoni-people.net>



重要なお知らせ

ランチ代を値上げします

12/5（木）まで 350円

→ 12/10（火）より 450円

※申込方法に変更はありません

今年7月よりランチ代の価格について利用者ミーティング等で検討してきましたが、昨今の物価上昇を受け、食材調達等の工夫だけでは対応できなくなってきました。

今後、ランチを維持継続するための対策ですので何卒ご理解お願い申し上げます。

職員一同

第26回

旭区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？

～七色の明日～

2025年 2月 14日（金） 13：00～16：00

旭公会堂 参加費無料・事前申込み不要

① 当事者体験発表

② 講演会

講師：松崎尊信 医師

（久里浜医療センター精神科診療部長）

③ 講師と当事者による座談会

各作業所の製品販売もあります！



利用者ミーティング報告

10/7（月） 5名 参加

☆精神保健福祉セミナーのチラシが12月に完成予定

☆焼きいもまつりのお知らせ

☆「仲間同志の集い」企画のズーラシア散策の報告
「暑かった」「オカピの子どもがかわいかった」
などの感想もあがりました

11/11（水） 6名 参加

☆ランチの値上げについて（上記参照）

☆イベント・ハンドメイドクリスマスのお知らせ

☆「仲間同志の集い」よりクリスマス会企画の報告

次回 12/5（月） 13：30～
1/15（月） 13：30～

報告

焼きいもまつり

10/31（木） 16名参加

焼きいもが出来るまでの間も焼鳥やマッシュマロなどを焼いて楽しみました！

皆さん、ホカホカの焼きいもを堪能できたようです◎

ハンドメイド・クリスマス

11/28（木）午前

オリジナルのクリスマスツリー作りを企画！

木工のやすりがけ、飾りつけなどを行います



※詳細はフリースペース掲示板でご確認ください！

イベント情報

月間スケジュール

🌸：お庭番くらぶ活動日

		12月	
		午前	午後
1	日	休館	
2	月		
3	火	ランチ(8名)	
4	水		からだの時間 (1階)
5	木	🌸 ランチ(8名)	利用者ミーティング(2階)
6	金		
7	土		★16:00 閉館
8	日	休館	
9	月		
10	火	ランチ(8名)	パッチワーク(1階)
11	水		
12	木	🌸 ランチ(8名)	よりこみ(1階) 12月はお休み
13	金		かんたんアート 12月はお休み
14	土		★16:00 閉館
15	日	休館	
16	月		
17	火	ランチ(8名)	びあ企画・クリスマス会 (1階) 
18	水		家族のたまり場 (1階)
19	木	🌸 ランチ(8名)	パステル画 12月はお休み
20	金		
21	土		★16:00 閉館
22	日	休館	
23	月		
24	火	ランチ(8名)	Drと話そう (1階)
25	水	12:00～ 卓球サークル	
26	木	🌸 ランチ(8名)	
27	金		
28	土		★16:00 閉館
29	日	年末年始 (12/29～1/3) は休館です	
30	月		
31	火		

<プログラム> *からだの時間:身体とこ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(よりこみ):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

		1月	
		午前	午後
1	水	年末年始 (12/29～1/3) は休館です	
2	木		
3	金		
4	土		★16:00 閉館
5	日	休館	
6	月		
7	火	ランチ(8名)	
8	水	12:00～ 卓球サークル	からだの時間 (1階)
9	木	🌸 ランチ(8名)	よりこみ(1階) 1月はお休み
10	金		かんたんアート (1階)
11	土		★16:00 閉館
12	日	休館	
13	月		
14	火	ランチ(8名)	パッチワーク(1階) / びあ企画・初詣 
15	水		家族のたまり場 (1階) 利用者ミーティング(2階)
16	木	🌸 ランチ(8名)	パステル画 (1階)
17	金		
18	土		★16:00 閉館
19	日	休館	
20	月		
21	火	ランチ(8名)	仲間同志の集い(1階)
22	水	12:00～ 卓球サークル	
23	木	🌸 ランチ(8名)	
24	金		
25	土		★16:00 閉館
26	日	休館	
27	月		
28	火	ランチ(8名)	Drと話そう (1階)
29	水		
30	木	🌸 ランチ(8名)	
31	金		

<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