

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

(2月) お花見について 参加者5名

(3月) 参加者がいなかったため開催しませんでした。

イベント 予定

・4/4(金) お花見

〈集合〉 8:50 鶴ヶ峰ココロット

〈行き先〉 こども自然公園(二俣川)

〈参加費〉 無料(交通費は自己負担です)

*事前予約が必要です。(電話予約はできません)

*詳細はフリースペース掲示板をご覧ください。

集いの予定

・4/15(火) 13:30~ 未定

・5/20(火) 13:30~ 未定

ダジャレ・ザ・ベスト

メンバーさんによるクソツと笑えるダジャレをシェアします♪

写真をもう一枚撮ってもいい?

だって表情がとってもいい!



時をかけるドラえもんタイガーマスク大和景司

長い間 おいしいランチを ありがとうございました

火曜日ランチ担当のお二人が3月いっぱいまで辞められました。

〈アルバイト職員〉松本よね子さん

「いろいろ勉強になり楽しかったです。お花見弁当など思い出いっぱいの17年でした。」

〈ボランティア〉岩淵勝美さん

「いろいろな人と話ができて楽しかったです。あっという間の8年でした。」

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

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 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。



ニュース

ほっとぽっとNEWS

2025年4月5月号



ありがとうございました!! 第26回 旭区精神保健福祉セミナー わたしのスマホの使い方って依存症ですか?

~七色の明日~

2月14日(金)に旭公会堂にて開催しました!

今回は平日開催にもかかわらず、200人超の方々にご参加いただきました。ご来場くださった方、当日ステージでお話し下さった方、裏方として手伝ってくださった方、また1年間実行委員としてセミナーを作り上げた方々などなど、どうもありがとうございました!!

参加したほっとぽっとメンバーより「講師の話を聴いてスマホの使い方を見直したら、今までおろそかになっていたことができる時間がとれるようになって良かった」という感想がありました。🌸🌸

利用者ミーティング報告

2/10(月) 6名参加

☆精神保健福祉セミナーの案内。

☆スタッフ主催のイベントでやってみたいことのご意見をもらいたいので、投書箱等を作る予定です。

☆法人・ほっとぽっとの設立20周年「記念パネル展」の案内。

3/10(月) 5名参加

☆精神保健福祉セミナーの報告。

☆お庭番くらぶより、春の活動の予定の説明がありました。

☆火曜日ランチのお二人が3月いっぱいまで辞められること、4月以降のランチは継続することの報告。

☆メンバー有志から、フリースペースで卓球をやりたいという要望がありました。

次回 4/7(月) 13:30~
5/8(木) 13:30~

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>



ほっとぽっと・NPO法人共に歩む市民の会

設立20周年記念パネル展を開催

ほっとぽっと(及び運営法人)の設立から20周年を迎え、区役所ロビーで2/10~14(2/11を除く)パネル展を行いました。ほっとぽっとの活動や歴史、旭区の病院や福祉施設、家族会の情報、病気や対応、相談先などの展示と持ち帰り用パンフレットも揃え、多数の方にご覧いただきました。



お庭番くらぶ 通信



ほっとぽっと入口のプランターにさやえんどうやスナップえんどうがたくさんの実を付けました。

4月には新しく土を耕し、5月には夏野菜の苗を植える予定です。

春の花もいっぱい咲いています。見に来て下さいね

イベント 情報

★まちがいさがしクイズ実施中

新年防災クイズに続き、まちがいさがしクイズを実施中🎵

難問もありますが、全問正解を目指して挑戦してみませんか?

月間スケジュール

		4 月	
		午前	午後
1	火	ランチ	
2	水		からだの時間 (1 階)
3	木	ランチ	よりコミ (1 階)
4	金		
5	土		★16:00 閉館
6	日	休館	
7	月		利用者ミーティング (2 階)
8	火	ランチ	パッチワーク (1 階)
9	水	12:00~卓球サークル	
10	木	ランチ	
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	仲間同志の集い
16	水		家族のたまり場 (1 階)
17	木	ランチ	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 / 12:00~卓球サークル	Dr と話そう (1 階)
23	水		
24	木	ランチ	
25	金		
26	土		★16:00 閉館
27	日	休館	
28	月		
29	火	ランチ	
30	水		

<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

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