



社会福祉法人 にいざ

にいざ生活支援センター 予定表

新座市野火止 2-7-12 TEL/Fax 048-480-5153

E-mail: peerniza@lapis.plala.or.jp

メールは拝見するのが遅れることもあります。

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
日	月	火	水	木	金	土
9 毎日のプログラム ・朝の打ち合わせ (10:15~10:30) ・ラジオ体操 (希望者が朝の打ち合わせ後に行く) ・ストレッチ体操 (13:15~13:45) 【2004.12~】 ・振り返りのミーティング (15:30~15:45)				1 SFA 第4回 『友人関係』 11:00~12:00	2 支援センター ミーティング 11:00~12:00 うつの集い (当事者) 14:00~15:30	3
4	5 新聞を読む会 14:00~15:00 うつの集い (家族・友人) 10:30~11:30	6 みんなでスポー ツをしよう! (新座総合体育館) 13:00~15:00	7 SST 14:00~15:00 発達障がいの集い (家族・友人) 10:30~12:00	8 SFA 第5回 『友人関係』 11:00~12:00 日帰り研修旅行事 前ミーティング 14:00~14:30	9 日帰り研修旅行 行き先 池袋サンシャイン 60 参加者は3/8 (木) 14時か らの事前ミーティングに出 席してください。	10
11	12 調理会 10:30~ 茶話会 14:00~14:45	13 カラオケ大会 (メンバー自主企画) 13:00~15:00	14 絵画 11:00~12:00 発達障がいの集い (当事者) 14:00~15:30	15 SFA 第6回 『友人関係』 11:00~12:00 散歩会 14:00~15:00	16 本の読み聞かせの会 (メンバー自主企画) 11:00~12:00 何でも公開相談会 14:00~15:00	17
18	19 支援センター ミーティング 11:00~12:00 コラージュを 作ろう! 14:00~14:45	20 SST 11:00~11:45 オークション (メンバー自主企画) 14:00~15:00	21 春分の日	22 SFA 第7回 『友人関係』 11:00~12:00 マージャンを 楽しむ会 13:30~15:10	23 みんなでスポー ツをしよう! (新座総合体育館) 13:00~15:00	24
25	26 避難訓練 10:30~11:30 マイ・フェイバリ ットソング・デー (メンバー自主企画) 13:50~15:10	27 コーラス 11:00~12:00 パソコン教室 14:00~14:45	28 安心して過ごせる ために考える会 11:00~12:00 <さわらび昼食サービス> 幻聴・妄想の集い (当事者) 14:00~15:30	29 茶話会 14:00~14:45	30 1ヶ月を振り返って (メンバー自主企画) 14:00~14:45	31

にいざ生活支援センター便り

2018年 3月号

♪にいざ生活支援センターでは、「こころの病」を抱えている方々の地域生活を支援するために、他機関との連携を図りつつ、生活上の様々な不安や悩みについて電話や面談、訪問しての相談・支援を行っています。

ご家族からのご相談も同様に受け付けています(無料)。

～まずは、お電話を～♪ 来所相談は予約されることをお勧めします。

◇うつ病の集い

3/2 (金) 14:00~15:30 当事者の集い

3/5 (月) 10:30~11:30 家族・友人の集い

◇発達障がい集い (ともに15歳以上対象)

3/7 (水) 10:30~12:00 家族・友人の集い

3/14 (水) 14:00~15:30 当事者の集い

◇幻聴・妄想の集い

3/28 (水) 14:00~15:30 幻聴や妄想のある当事者対象

やすらぎの会(精神障がい者家族会)による家族のための**家族相談**は
3月9日(金)です。(今月は都合により第2金曜日です)
通常は毎月第1金曜日 13:00~16:00
予約は鶴飼(080-1053-7816)まで。



集いの参加費は無料、事前申込みもありません。新座市以外の方もお気軽にいらしてください。

電話傾聴のお知らせ 平日 18:00~22:00

電話傾聴員による夜間の電話傾聴を行っています。電話番号は070-4136-5388です。誰かに話を聞いてもらいたい時や、困った時に電話してみてください。多くの方のお話しが聴けるよう、時間や回数の配慮をお願いします(1回30分程度)。

今年の冬は冷え込みが厳しいですね。先日の大雪は皆様の生活に大きな影響を与えたのではないかと思います。私は大雪が降った翌日、バイクや車での通勤はできないと判断したため、電車とバスで通勤しました。駅からちょうど電車が出発するところだったのでギリギリ乗る事に成功したのですが、これがいけなかった。志木駅で降りようとしたら、背負っていたリュックが何かに引っかかります。ドアが閉まる際に私のリュックの紐がドアに挟まれていたのです。ただ紐が挟まるだけなら抜けたのですが、紐の先端にはベルトのバックルがついていたので挟まっているのが取れない状況でした。志木駅では降りる事ができず、最初は次の駅でドアが開けばすぐに戻れると考えていたのですが、朝霞台で逆のドアが開きます。待てよ、あと和光市駅と成増駅が反対の扉だったらそのまま池袋までこの状態ではないのか?という不安がよぎります。いやいやそれだけは避けなくてはと思い、朝霞駅に着いた際、空いたのは逆扉でしたが目の前に駅員さんがいたため、助けを求めますが駅員さんも雪の対応で疲弊していたのかもしれない。「あー次の駅で降りてください」と一言あるだけでした。しかし、案の定というか成増でも逆の扉が開き、私の池袋行きが確定しました。この時、焦り、苛立ち、恥ずかしいといったさまざまな感情が交錯しました。無事、池袋から志木まで戻る事はできましたが、予想以上の雪、予想外の出来事に徐々に何とも言えない気持ちになりました。まあ前向きに考えるなら「貴重な体験」をしたのだと思います。

(施設長 高野)

にいざ生活支援センター

埼玉県新座市野火止 2-7-12 Tel/fax 048-480-5153

Email: peerniza@lapis.plala.or.jp ホームページ URL: <http://www.shafukuniiza.or.jp/>

E・メールは拝見するのが遅れることもあります。急用はお電話でお願いします。