

# 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
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う) ・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 安心して過ごせる ために考える会 11:00~12:00	2
3	4 支援センター ミーティング 11:00~12:00  うつが集い (当事者) 14:00~15:30	5 松前さんの料理会 10:30~  マージャンを 楽しむ会 13:30~15:10	6 散歩会 11:00~12:00  茶話会 14:00~14:45	7 SFA 第5回 『生活リズム』 11:00~12:00	8 何でも公開相談会 14:00~15:00  家族・友人の集い (うつ、その他の精神疾 患、引きこもり) 10:30~11:30	9
10	11 SST 14:00~15:00	12 みんなでスポー ツをしよう! (新座総合体育館) 13:00~15:00	13 調理会 10:30~  発達障がいの集い (当事者+家族・友人) 14:00~15:30	14 SFA 第6回 『生活リズム』 11:00~12:00  好きなことを 紹介する会 (メンバー自主企画) 14:00~15:00	15 メイクで遊ぼう! 13:30~15:10	16
17	18 支援センター ミーティング 11:00~12:00	19 コーラス 11:00~12:00	20 絵画 11:00~12:00  パソコン教室 14:00~14:45	21 SFA 第7回 『生活リズム』 11:00~12:00  マージャンを 楽しむ会 13:30~15:10	22 マイ・フェイバリ ットブック・デー (メンバー自主企画) 11:00~12:00  	23
24	25 新聞を読む会 14:00~15:00	26 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 SST 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	28 磯村 Dr.の個別相談会 10:00~11:00 座談会 11:00~12:00	29 1ヶ月を 振り返って (メンバー自主企画) 14:00~14:45	30

# にいざ生活支援センター便り

2018年 6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。

## ◇うつ集い

6/4 (月) 14:00～15:30 当事者の集い

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

## ◇家族・友人の集い

6/8 (金) 10:30～11:30 うつ、その他の精神疾患をお持ちの方や引きこもりの方の家族・友人が対象です。(当事者の参加も可)

6月1日(金) 13:00～16:00です。  
毎月第1金曜日  
予約は鶴飼(080-1053-7816)まで。

## ◇発達障がいの集い

6/13 (水) 14:00～15:30 当事者+家族・友人が対象です。

## ◇幻聴・妄想の集い

6/27 (水) 14:00～15:30 幻聴や妄想のある方が対象です。



集いの参加費は無料、事前申込みもいりません。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)。



最近のプログラムの中で「信じていたのに裏切られた」という言葉が幾度かでてきた。「裏切られる」とは「期待」に対して使う言葉で、「信じて」いれば裏切られることはないはず。「期待すること」と「信じること」を分けて考えるとすっきりすることが多いと思う。「この人に限ってそんなことをするはずがない」とか「そんなことをする人とは付き合えない」などは信じているとは言えない。「信じる」とは「あずける」とか「まかす」などの覚悟が必要な言葉だと思います。(星丘)

## 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](mailto: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。