

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
2	3 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	4 SFA 『外出・余暇活動』 第5回 10:40~13:30頃	5 SST 11:00~12:00	6 クリスマスと年賀の カードを書く 静かな会 (メンバー自主企画) 11:00~11:45 仕事について話し 合おう (メンバー自主企画) 14:00~15:00	7 マージャンを 楽しむ会 13:30~15:10 家族・友人の集い (うつ、その他の精神 疾患、ひきこもり) 10:30~11:30	8
9	10 新聞を読む会 11:00~12:00 マイ・フェイバリッ トソング・デー 13:50~15:10	11 コーラス 11:00~12:00 SFA 『外出・余暇活動』 第6回 14:00~15:00	12 調理会 10:30~ 発達障がいの集い (当事者+家族・友人) 14:00~15:30	13 クリスマスと年賀の カードを書く 静かな会 (メンバー自主企画) 11:00~11:45 パソコンで遊ぼう! 14:00~14:45	14 メイクで遊ぼう! 13:30~15:10	15
16	17 支援センター ミーティング 11:00~12:00 楽しみについて 話し合おう (メンバー自主企画) 14:00~15:00	18 散歩会 11:00~12:00 SFA 『外出・余暇活動』 第7回 14:00~15:00	19 茶話会 11:00~11:45 何でも相談会 14:00~15:00	20 みんなでスポーツ をしよう! (新座総合体育館) 13:00~15:00	21 松前さんの 料理会 10:30~	22
23 / 30	24 振替休日 / 31 天皇誕生日	25 クリスマス会 13:00~15:00	26 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	27 磯村 Dr.の 個別相談会 10:00~11:00 座談会 11:00~11:50 マージャンを 楽しむ会 13:30~15:10	28 大掃除 10:30~12:00 1年を振り返って (メンバー自主企画) 14:00~14:45	29
お知らせ 12/29 (土) ~1/3 (木) まで センターはお休みです。						

にいざ生活支援センター便り

2018年 12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

12/3 (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

12/7 (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)

12月7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

12/12 (水) 14:00~15:30 当事者+家族・友人が対象です。

◇幻聴・妄想の集い

12/26 (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)。

にいざ生活支援センターの皆さんが研修旅行で行った東京都調布市の深大寺に、私もお休みの日に追いかけるように行ってきました。紅葉が始まったばかりの木々の間から澄み切った青空がすがすがしかったです。お昼には水のせせらぎの音を聞きながらお蕎麦とヨモギ饅頭のお焼きを頂いて大満足。先に行った職員に聞いていたので、鬼太郎茶屋ものぞいて楽しく過ごすことができました。

今月に入って私は風邪を引いて仕事を休んでしまいました。咳込みと高熱にうなされながら、夢を見ました。私は車を運転していて、駐車場に入れようとバックしている時、突然、「ドン」という大きな音がしました。真後ろにあった車にぶつけてしまうという、現実には起きていない、体調をくずした高熱による悪夢で、しばらくその恐ろしさの余韻が続きました。健康であることがどんなにありがたいか、深大寺の境内で実感しました。(西村)

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。(ただし、来客中やプログラム等で電話に出られない場合もあります。お手数ですが、時間をおいて再度かけなおしてください。)