



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
			1 支援センター ミーティング 11:00~12:00 安心して過ごせる ために考える会 14:00~15:00	2 インスピレーション ゲーム 11:00~12:00	3 文化の日	4
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)						
5	6 家族・友人の集い 10:30~11:30 作文を書こう! (メンバー自主企画) 14:00~15:00	7 SFA① 「片付け、ゴミの捨て 方、リサイクル」 11:00~12:00	8 タイ式ヨガ (動きやすい服で参 加してください) 11:00~12:00 茶話会 14:00~15:00	9 ハーバリウムを 作ろう! (参加費 300 円) 11:00~12:00	10 散歩会 11:00~12:00 うつの集い (当事者) 14:00~15:30	11
12	13 支援センター ミーティング 11:00~12:00 お菓子を作って 食べよう 14:00~15:00	14 SFA② 「片付け、ゴミの捨て 方、リサイクル」 11:00~12:00 トランプを 楽しむ会 14:00~15:00	15 絵画 11:00~12:00 そううつの集い (当事者) 14:00~15:30	16 何でも公開相談会 11:00~12:00	17 読書会 (メンバー自主企画) 11:00~12:00	18
19	20 インスピレーション ゲーム 11:00~12:00 マイ・フェイバリ ットソング・デー 13:50~15:10	21 SFA③ 「片付け、ゴミの捨て 方、リサイクル」 11:00~12:00	22 調理会 10:30~ 統合失調症の集い (当事者) 14:00~15:30	23 勤労感謝の日	24 心理ゲーム 11:00~12:00 パソコンで 遊ぼう! 14:00~14:45	25
26	27 SST 11:00~12:00 マージャンを 楽しむ会 13:30~15:10	28 SFA④ 「片付け、ゴミの捨て 方、リサイクル」 11:00~12:00 磯村 Dr.の個別相談 13:30~14:30 座談会 14:30~15:25	29 イントロクイズ (メンバー自主企画) 11:00~12:00 新聞を読む会 14:00~15:00	30 茶話会 11:00~12:00		

# にいざ生活支援センター便り

2023年 11月号

♪にいざ生活支援センターでは、「こころの病」を抱え、何らかの困りごとや生きづらさをお持ちの方々の地域生活を支援するとともに、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

11/10 (金) 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

## ◇そううつ(躁極性障害)の集い

11/15 (水) 14:00～15:30 当事者の集い

11月17日 (金) です。

毎月第3金曜日 13:30～15:30

予約は鶯飼 (080 - 1053 - 7816) まで。

## ◇統合失調症の集い

11/22 (水) 14:00～15:30 当事者の集い

## ◇家族・友人の集い

11/6 (月) 10:30～11:30 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)



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)。

10月より職員として働いております古城千絵(ふるきちえ)と申します。

少しずつ皆さんの顔と名前を覚える中で、新しい発見や小さな気付きを見つける事が日々の楽しみになっています。

以前は介護職に就いており、病院や介護施設で高齢の方や障がいを持った方と関わり、毎日忙しくバタバタと走り回っていました。

新座市は、以前北野に住んでいたことがありますが、支援センターや平林寺近辺の事はまったく分からないので、おすすめの場所や美味しいお店があれば是非教えてください。教えて頂いた、お米屋さんのおこわとお団子は早速食べて、とても美味しかったです。

食べることが大好きで休みの日は食べ歩きをしたり、それを消費するために数駅分歩いたりしています。好きな食べ物は餃子と辛い物です。

血液型はAB型でよく「AB型っぽい」と言われるのですが... どうでしょう??

これから沢山のことを一緒に参加していきながら、皆さんのいろんな面を知っていきたいと思っています。どうぞよろしく願いいたします。(古城)

## 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。(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。)