



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	2	3
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 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) </div>			支援センター ミーティング 11:00~12:00	茶話会 14:00~15:00	
4	5 散歩会 11:00~12:00 <div style="border: 1px dashed black; padding: 2px;"> うつの集い (当事者) 14:00~15:30 </div>	6 SFA① 「休みの過ごし方と お金の使い方」 11:00~12:00 古典映画を見ようよ 第3回 「男はつらいよ1」 (メンバー自主企画) 13:00~14:50	7 インスピレーショ ンゲーム 11:00~12:00 作文を書こう! (メンバー自主企画) 14:00~15:00	8 コーラス 11:00~12:00 パソコンで 遊ぼう! 14:00~14:45	9 <div style="border: 1px dashed black; padding: 2px;"> 家族・友人の集い (うつ、その他) 10:30~11:30 </div> 何でも公開 相談会 14:00~15:00	10
11 建国記念の日	12 振替休日	13 SFA② 「休みの過ごし方と お金の使い方」 11:00~12:00 トランプを 楽しむ会 14:00~15:00	14 SST 11:00~12:00	15 支援センター ミーティング 11:00~12:00 新聞を読む会 14:00~15:00	16 みんなで楽器を 持ち寄って 音楽をやろう!! (メンバー自主企画) 11:00~12:00	17
18	19 コラージュを 作ろう! 11:00~11:45 おやつを作って 食べよう 14:00~15:00	20 SFA③ 「休みの過ごし方と お金の使い方」 11:00~12:00 磯村 Dr.の個別相談会 13:30~14:30 座談会 14:30~15:25	21 絵画 11:00~12:00 <div style="border: 1px dashed black; padding: 2px;"> 発達障がいの集い (当事者+家族・友人) 14:00~15:30 </div>	22 安心して過ごせる ために考える会 11:00~12:00 マイ・フェイバリ ットソング・デー 13:50~15:10	23 天皇誕生日	24
25	26 インスピレーション ゲーム 11:00~12:00 マージャンを 楽しむ会 13:30~15:10	27 SFA④ 「休みの過ごし方と お金の使い方」 11:00~12:00	28 調理会 10:30~ <div style="border: 1px dashed black; padding: 2px;"> 統合失調症の集い (当事者) 14:00~15:30 </div>	29 心理ゲームで 遊ぼう 11:00~12:00		

にいざ生活支援センター便り

2024年 2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。

◇うつの集い

2/5 (月) 14:00～15:30 当事者の集い

◇家族・友人の集い

2/9 (金) 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)

◇発達障がいの集い

2/21 (水) 14:00～15:30 当事者+家族・友人が対象です。

◇統合失調症の集い

2/28 (水) 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

2月16日(金)です。

毎月第3金曜日 13:30～15:30

予約は鶴飼(080-1053-7816)まで。
～お気軽にお電話ください～



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)。



今年の幕開けはかなり衝撃的でした。能登半島の大地震があり、羽田空港の飛行機事故があり、おとそ気分が一瞬にして吹き飛んでしまいました。住居の耐震性や避難訓練等“備え”について、考えさせられた年明けでした。

ところで、一年の区切りとして二月には立春というものがあります。旧暦では一年のスタートです。一年で最も寒い時期からこれから少しずつ暖かくなりますよという節目の日です。私はこの日も一年の区切りとして大切にしています。年を重ねてくると寒さが身に沁みて春が待ち遠しくなることも区切りにした理由になっています。

そして年を越す前日の節分には、年中行事の一つとして忘れずに豆まきをしています。仕事が終わって夜帰宅した後、密やかに秘めやかに取り行っています。近所に聞こえないような小声で「福は内」とホットカーペットに優しく撒き、「鬼は外」とサッシを開けて道路に届くように撒きます。ホットカーペットを外してゴミにならないように、物干し竿に当ててベランダに落ちて雀に気づいてもらえないことがないように、コントロールして投げています。もちろんカーペットの豆は回収して年の数だけ食べています。このようにして邪気を払い(払える?)新しい年を迎えています。(金子)

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。)