



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	
<p>毎日のプログラム</p> <ul style="list-style-type: none"> 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 元日	2	3	4	
				<p>お知らせ</p> <p>12/28 (土) ~ 1/5 (日) までセンターはお休みです。</p>			
5	<p>6</p> <p>散歩会 初詣に行こう 11:00~12:00</p> <p>茶話会 14:00~15:00</p>	7	<p>8</p> <p>タイ式ヨガ 11:00~12:00</p> <p>作文を書こう! (メンバー自主企画) 14:00~15:00</p>	9	<p>10</p> <p>書き初めを しよう! 11:00~12:00</p> <p>(午後も書き初め ができます)</p>	11	<p>インスピレーション ゲーム 11:00~12:00</p> <p>うつの集い (当事者) 14:00~15:30</p>
12	13	14	15	16	17	18	
	<p>成人の日</p>	<p>マージャンを 楽しむ会 13:30~15:10</p>	<p>何でも公開相談会 11:00~12:00</p> <p>そううつの集い (当事者) 14:00~15:30</p>	<p>SST 11:00~12:00</p>	<p>リサイクル ブティック 11:00~12:00</p> <p>トランプを 楽しむ会 14:00~15:00</p>		
19	20	21	22	23	24	25	
	<p>家族・友人の集い 10:30~11:30</p> <p>茶話会 14:00~15:00</p>	<p>支援センター ミーティング 11:00~12:00</p> <p>ときどき ピア・カウンセリング 14:00~15:00</p>	<p>絵画 11:00~12:00</p> <p>統合失調症の集い (当事者) 14:00~15:30</p>	<p>ハーバリウムを 作ろう! (参加費 300円) 11:00~12:00</p> <p>パソコンで 遊ぼう! 14:00~14:45</p>	<p>安心して過ごせる ために考える会 11:00~12:00</p> <p>新聞を読む会 14:00~15:00</p>		
26	27	28	29	30	31		
	<p>インスピレーション ゲーム 11:00~12:00</p> <p>マージャンを 楽しむ会 13:30~15:10</p>	<p>調理会 10:30~</p> <p>リサイクル ブティック 14:00~15:00</p>	<p>『カラオケ』でス トレス発散しよう! 第6回 (メンバー自主企画) 13:15~15:10</p>	<p>磯村 Dr.の個別相談 10:00~11:00 座談会 11:00~11:50</p> <p>ポイントロンドン 第9回 (メンバー自主企画) 13:50~15:10</p>	<p>マイ・フェイバリ ットソング・デー 13:50~15:10</p>		

にいざ生活支援センター便り

2025年 1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。

◇うつ病の集い

1/10 (金) 14:00～15:30 当事者の集い

◇そううつ(躁極性障害)の集い

1/15 (水) 14:00～15:30 当事者の集い

◇統合失調症の集い

1/22 (水) 14:00～15:30 当事者の集い

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。

◇家族・友人の集い

1/20 (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。

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

1月17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。

電話傾聴のお知らせ 平日 19:00～22:00

※2024年4月1日から 電話受付時間が上記のように変更になっています。

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)。

今年も残すところ数日となりました。年々、ほんとに1年がたつのを早く感じています。子どもの頃は、1年なんて、想像もできないくらい長く感じていました。聞いた話ではありますが、その人にとって新鮮な経験や新しいことを覚えるなどをたくさんを体感していると1年は長く感じるのだと聞いたことがあります。子どもたちは、日々新鮮で新しい経験を毎日のようにして、たくさん学び、成長していると思います。なるほど、1年は充実していそうです。では、私のこの1年かというと、2月に法人にいざの面接を受け、ありがたく3月中旬に採用して頂きました。そこからは、日々新鮮で、迷いながらの緊張の毎日でした。覚えなきゃいけないこともたくさんあり、新しい人とのつながりも増え、私にとっては、とても濃厚な1年だったと思います。そんな1年だったはずなのですが、時がたつのが、とても早く感じています。やっぱり年を取ると早いのかもなあと思なおさせられます。例えば8歳の子の1年と54歳のおじさんの1年…確かに感じ方はだいぶ違うかとも思えます…ww

皆さんにとって、1年はいかがだったでしょうか？

良い年末年始をお過ごしください。(石原)



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、時間を置いて再度かけなおしてください。)