



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 日	Mon 月	Tue 火	Wed 水	Thu 木	Fri 金	Sat 土
					1	2
		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)			家族・友人の集い (うつ、その他) 10:30~11:30 作文を書こう！ (メンバー自主企画) 14:00~15:00	
3	4 支援センター ミーティング 11:00~12:00 うつの集い (当事者) 14:00~15:00	5 散歩会 11:00~12:00 何でも公開 相談会 14:00~15:00	6 ♪イントロドン♪ 第 15 回 (メンバー自主企画) 13:30~15:10	7 共有しようよ！ 推しの絵本 (メンバー自主企画) 11:00~12:00 パソコンで 遊ぼう！ 14:00~14:45	8 SST 11:00~12:00	9
10	11 山の日	12 茶話会 11:00~12:00 新聞を読む会 14:00~15:00	13 インスピレー ションゲーム 11:00~12:00 おやつを作って 食べよう 14:00~15:00	14 マージャンを 楽しむ会 13:30~15:10	15 安心して過ごせる ために考える会 11:00~12:00	16
17	18 支援センター ミーティング 11:00~12:00	19 コラージュを 作ろう！ 11:00~11:45 トランプを 楽しむ会 14:00~15:00	20 絵画 11:00~12:00 統合失調症、そううつ、 発達障がいの集い (当事者) 14:00~15:00	21 日帰り研修旅行事 前ミーティング 11:00~12:00 ピア・カウンセリ ングセミナー① 14:00~15:00	22 日帰り研修旅行	23
24 / 31	25 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	26 リサイクル ブティック 11:00~12:00	27 『カラオケ』で ストレス発散しよう！ 第 13 回 (メンバー自主企画) 13:15~15:10	28 調理会 10:30~ ピア・カウンセリ ングセミナー② 14:00~15:00	29 茶話会 11:00~12:00 マイ・フェイバリ ットソング・デー 13:50~15:10	30

にいざ生活支援センター便り

2025年 8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

8/4 (月) 14:00～15:00 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

◇家族・友人の集い

8/1 (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。

8月15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～

◇統合失調症・そううつ(双極性障害)

発達障がいの集い

8/20 (水) 14:00～15:00 当事者の集い
家族の方で参加されたい方は事前にご相談ください。



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。

電話傾聴のお知らせ 平日 19:00～22:00

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。誰かに話を聴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)。



みなさん、空は見ますか。わたしはまあまあよく空を見ます。交差点で止まった時とか、バスや電車を待ってる時、すわって一息ついた時、電話しながらとか。見てる時は特になんにも考えてませんが、どんな季節のどんな空もわりと好きです。八月の空もなかなかいいです。入道雲は圧巻で、大きくてカッコいい形が見れると嬉しくなります。この季節の子どもの頃の思い出で、小学校に入る前くらいだったか。姉が学校で使っていらなくなった星座盤をもらいました。昼間はくるくる回して眺めて遊んで、夜になると家のベランダに出て、星座観察をしました。とはいえ、まだ方角も、星座盤のちゃんとした使い方もわかってなかったから適当で。それでも、目立つ星や、わかりやすい星座(夏の大三角とか?)を見つけると嬉しくて楽しかった記憶です。大人になって、最近あんまり夜の空はのんびり見てないかも。またちょっと、見てみようかなと思います。(高萩)

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。)