

ぱれっと・はだの ミニ! 2月号

【発行】 秦野市地域生活支援センター「ぱれっと・はだの」
【発行責任者】 山口 浩
【住所】 秦野市本町2-7-25
【電話】 0463-71-5701【FAX】 0463-73-5039
【メール】 info@hcp-support-hadano.or.jp
【ホームページ】 http://hcp-support-hadano.or.jp

2月は、如月。梅見月や木芽月という呼び名もありこの時期の季節を感じます。
ヘルプマーク付防災ベストが広域避難場所へ配備されました。

災害時の広域避難場所で障害のある方を迅速に見つけて手助けができるように、秦野市は、不織布製のヘルプマーク付き防災ベストを市内の広域避難場所に導入しました。必要な支援を書き込むスペースもあり、「見える化」することで理解やサポートを受けやすくする狙いがあり、障害のある方にとっては、避難生活において、不安の軽減を図る効果を期待できます。

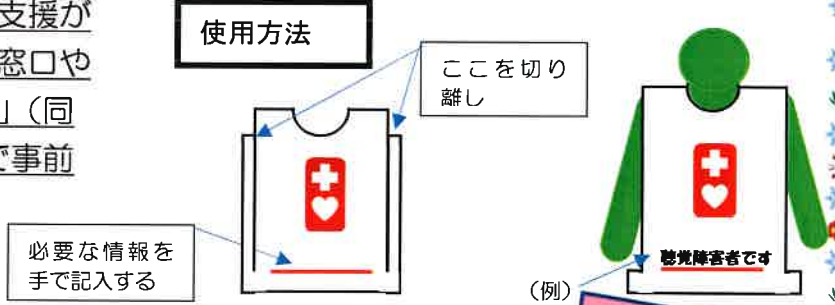
防災ベストは、両面の中央部にヘルプマークが印字され、「耳が聞こえません」「ゆっくり話してください」など障害のある方が知ってほしい状況を書き込むスペースがあります。

身体障害者手帳や精神障害者保健福祉手帳、療育手帳のいずれかの交付を受けている人がベストを着用できます。市内23か所の広域避難場所に20着ずつ配備されました。

また、自宅から広域避難場所への移動に支援が必要で着用を希望する方には市障害福祉課窓口や地域生活支援センター「ぱれっと・はだの」(同市本町)、市社会福祉協議会(同市緑町)で事前配布しています。



使用方法



(例) Peer's EYE

「近場でリフレッシュ」

二年前までは、年に数回旅行に行くのが楽しかったが、コロナ禍になり全くお預けになってしまった。さて困った。どこにも出かけられない。鬱々とした日々を過ごしたが、「そうだ!近場へ行こう!」そして、見つけた近場の最初は、箱根仙石原の「箱根湿生花園」。園内は、湿原や湖沼に生育する植物を中心とした四季折々の花々や樹木が植えられており、早春の水芭蕉、カタクリ、ザゼンソウが特にお勧め。ゆっくり散策しても一時間ほどで園内を回れ、最後に入口近くのカフェで一休み。

次は、箱根から三島に向かう途中にある「山中城址」戦国時代の小田原北条氏の出城でしたが、豊臣秀吉の小田原攻めにより僅か半日で攻め落とされたそうです。ここでの見どころは、障子掘とよばれる空堀です。春になると良く手入れされた芝生と満開の桜が一緒に楽しめ、おにぎり持参がお勧めです。(by 原)



ピアサポーターから

皆さん、オープンに話す時間、足りていますか? もし、「ゆっくり話を聞いて貰いたいな~」と思ったら、予約を入れる勇気がちょっと要りますが、「ピア相談会」へどうぞ。

毎回、相談者さんが元気になっていく姿を見られて、僕も嬉しくなります。ピアサポーターが色々な特性を活かして、皆さんと一緒に語り合う「手作り感」が楽しいです。

癒しと励ましの時間って、本当にありますからね!

ピアサポーター・もっち〜

「ピア相談会」毎月第3火曜日開催中



障害福祉施設のお仕事・作業の紹介コーナー



大根工芸 (社会福祉法人 地域精神保健福祉会)



こんにちは！！日々愛情を込めてお菓子作りに励んでおります大根工芸です。

皆さんはお菓子作りは好きでしょうか？大根工芸ではマドレーヌ、クッキー、ケーキ、パンなどと幅広く手作りでやっております。「同じお菓子を作り続ける」楽しさや難しさと一緒に体験しませんか？

そして、お昼には栄養バランスの取れたボリュームたっぷりの昼食が待っています。もちろん小盛もありますよ。

作業以外の活動としては年1回の日帰りバス旅行やお花見・食事会・ボウリングなどのレクリエーションも行っています。

連絡先 0463-79-2570

《大根工芸の一日の流れ》

- 9時30分～ 通所開始
- 10時00分～ 全体ミーティング
(今月・今週の予定・朝の一言・今日の作業)
- 10時30分～ 作業開始
 - 1階 菓子製造 (水曜日パン)
 - ショップ 開店準備 11:00 開店・接客
 - 2階 掃除・調理補助・食器洗いなど
- 12時00分～ 昼食・休憩
- 13時00分～ 作業再開
- 14時30分～ 休憩&ミーティング (反省・感想その他)
- 15時15分～ 残業があれば作業、なければフリータイム
- 16時00分 終了 (ショップ閉店)



関係機関からのお知らせ

* 彩り茶房

新型コロナウイルス感染拡大防止のため令和4年2月以降もしばらくの間彩り茶房はお休みさせていただきます。

再開する時期は未定です。再開が決まりましたら、改めてご案内いたします。

みなさまが健康に過ごせますように、また、1日も早く平穏な日々が戻りますようにお祈りしています。

* 精神保健ボランティア けやき

【サロン】2月19日(土)13:00~15:00 本町公民館 参加費無料 ※飲み物だけ提供します。

【サロン】3月19日(土)13:00~15:00 本町公民館 参加費無料 ※飲み物だけ提供します。

【連絡先】秦野市社会福祉協議会 ☎0463-84-7711

* 秦野精神保健福祉家族会 のぞみ会 (会費:月額300円、見学は自由です)

【定例会】2月12日(土)13:30~ ぱれっと・はだの

【定例会】3月12日(土)13:30~ ぱれっと・はだの

【連絡先】のぞみ会 会長 石川ひとみ ☎080-5420-5783

E-mail:hitonsan3023@gmail.com

※なお、各開催日程等については変更する場合があります。各連絡先にご確認ください。

ぱれっと・はだの上映会
2月26日(土)10時~
「知のコスモシリーズ~
まなび13~16」



プログラム予定表 (令和4年2月)

地域生活支援センターはだの
秦野市本町2-7-25 ☎0463-80-3294

	月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5	6
交流室		DVDでセルフヨガ		ピアの集い			/
活動室		フリースペース	フリースペース	フリースペース	フリースペース	フリースペース	
	7	8	9	10	11	12	13
交流室				サロンdeおしゃべり	/		/
活動室	オープンスクエア	フリースペース	フリースペース	フリースペース		建国記念の日	
	14	15	16	17	18	19	20
交流室		フリースペース		絵手紙にトライしよう			/
活動室	オープンスクエア	ピア相談会	フリースペース	フリースペース	フリースペース	フリースペース	
	21	22	23	24	25	26	27
交流室		ピア学習会⑤	/	健康相談会	春を探して(園芸活動)		/
活動室	オープンスクエア	フリースペース		天皇誕生日	フリースペース	フリースペース	
	28						
交流室							
活動室	オープンスクエア						

～申し込みの不要なプログラム～

10日(木)サロンdeおしゃべり/15:00～16:00 飲物を飲みながら楽しく話しましょう。
ピアサポーターも参加します。

～ピア関連～

3日(木)ピアの集い 14:30～15:30
15日(火)ピア相談会 13:30～15:30 ※事前予約(15日締切)が必要です。
22日(火)ピア学習会「よりよい「場」づくりのためのスキル(ファシリテーション)」
15:00～17:00

～申し込みの必要なプログラム～

1日(火)DVDでセルフヨガ/15:00～16:00 飲み物・タオルをご持参ください
17日(木)絵手紙にトライしよう/15:00～16:00→締切16日(水)
24日(木)健康相談会/計測15:00～相談15:30～17:00 (受付は16:45まで)
管理栄養士による健康相談を行います。予約優先
25(金)春を探して(園芸活動)13:30～15:00※申し込み締め切り→24日(木)まで
春の恵みを探しに行きます。畑地にも入る場合がありますのでスニーカー等
がおすすめです。※雨天中止です。

★2022年度の継続利用について、改めて登録手続きが必要になります。4月末までのご都合よい時に予約した上で来館してください。簡単な面談を行い、継続登録とさせていただきます。5月以降でも登録はできますが、継続手続きをしていない方はプログラム等の発送は行いませんので、ご了承ください。

プログラム一覧表

令和4年2月

予約は原則、すべてのプログラムで必要です。

※予約が必要ないものもあります。下記の表でご確認ください。
・申込の締め切り：締切がある場合は下記のとおり、ない場合は前日です。連絡先：0463-80-3294
※定員が満たない場合は、当日参加できるプログラムもあります。

DVDでセルフヨガ

2月1日(火)

15:00~16:00

定員 5名

DVDを見ながら、一緒にヨガを楽しみます。初めての方も大歓迎です。



園芸活動 春を探して

2月25日(金)

13:30~15:00

定員 5名

車で近場の「春」を見つけられる場所へ出掛けます。畑地にも入る場合がありますので、スニーカー等での参加をお勧めします。



絵手紙にトライしよう

2月17日(木)

15:00~16:00

定員 5名

気軽に絵手紙を描いてみましょう。初めての方も大歓迎ですよ！



サロン de おしゃべり

2月10日(木) 15:00~16:00



少人数 **予約不要** みなさんでゆったりとお話しませんか？
なんとなく話したい気分、きっかけがほしい、他の方のことを知りたい！など、

ピアサポーターも参加しますので、同じ障害を持つ仲間同士
ざっくばらんに色々なお話ができる場にしたいと思っています。

飲み物もありますので、お気軽にご参加くださいね♪



健康相談会

2月24日(木)

15:30~17:00

定員 若干名



管理栄養士による個別相談会です。血圧や体脂肪を計測して自分の体の様子を知ったり、自分に合ったお食事の相談や栄養バランスについて相談できます♪