



プログラム予定表 (令和4年12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
交流室				ピアの集い	干支の起き上がりこぼし作り②		/
活動室				フリースペース	フリースペース	フリースペース	
	5	6	7	8	9	10	11
交流室		サロンdeおしゃべり	健康相談	クリスマスカードづくり	園芸活動		/
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	フリースペース	フリースペース	
	12	13	14	15	16	17	18
交流室			丹沢の木でオブジェづくり		クリスマス会		/
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	
	19	20	21	22	23	24	25
交流室		ピア学習会④	りんくプログラム	サロンdeおしゃべりfor youth	ペアハンドヒーリング		/
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	フリースペース	フリースペース	
	26	27	28	29	30	31	/
交流室		大掃除					
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	年末休館	年末休館	年末休館	/



～申し込みの不要なプログラム～

- *6日(火)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。
- *9日(金)園芸活動/13:30～14:30 パンジーを寄せ植えします。

～ピア関連～

- 1日(木)ピアの集い 14:30～16:30
- 13日(火)ピア相談会 13:30～15:30 座談会形式で行います。定員6名
- 20日(火)ピア学習会④14:00～17:00 これからのピアサポートを描こう
～私の強みって?ピアの輪を広げていくために～ 修了式

～申し込みの必要なプログラム～

- *2日(金)干支の起き上がりこぼし作り/15:00～16:00
前回作成したものに絵付けや仕上げを行います。
- *7日(水)健康相談/計測14:00～相談14:15～15:45
管理栄養士による栄養相談を行います。予約優先
- *8日(木)クリスマスカードづくり/14:00～15:30→締切7日(水) 先着7名
- *14日(水)丹沢の木でオブジェづくり/13:30～15:00→締切13日(火)先着10名
- *16日(金)クリスマス会/15:00～16:30→締切10日(土)費用:200円 先着15名
※食事はできませんが、抽選会、ゲーム大会、ケーキ等で絆を深めましょう。
- *21日(水)社会資源紹介「りんく」アンガーマネジメントとアサーション」
/15:00～16:00定員5名
- *22日(木)サロンdeおしゃべりfor youth/10:00～ 定員8名 予約をお願いします。
- *23日(金)ペアハンドヒーリング/15:00～16:00→締切21日(水) 先着6名
プロのハンドマッサージで脳ストレスの緩和、体の柔軟性などの効果があります。

以上のプログラムについてのお問い合わせは、地域生活支援センターはだの
電話 80-3294 e-mail voicepeer.hadano@gmail.com

12月のプログラム

秦野市地域生活支援センター
ぱれっと・はだの

8日(金)

14:00~15:30 定員7名

クリスマスカード作り

応募締切→7日

14日(水)

13:30~15:00 定員10名

丹沢の木でオブジェ作り

小雨決行(屋根の下でやります)

表丹沢野外活動センターにて、森のワークショップを開催します♪

野外の気持ちいい空気を吸って楽しもう!

※持ち物: 飲み物、タオル、雨具、歩きやすい靴で!

応募締切→13日(火)まで

21日(水)

15:00~16:00 定員6名

"アンガーマネジメントと
アサーション"

就労移行支援事業所りんくの講師によるプログラムです。

23日(金)

15:00~16:00 定員6名

ペアハンドヒーリング

プロのハンドマッサージで脳ストレスの緩和、体の柔軟性などの効果があります。

応募締切→21日(水)

12月27日(火)

13:00~15:00 大掃除

1年間お疲れ様でした!の気持ちを込めて、いつも使っている部屋のお掃除をしよう。

終わった後は、ブレイクタイム

ご協力をお願いします。

6日(火)

15:00~16:00 予約不要
サロンdeおしゃべり

7日(水)

14:00~15:45 要予約

~健康相談会~

管理栄養士による個別相談会です。

9日(金)

13:30~14:30 定員5名

園芸活動

パンジーの寄せ植えをします。予約不要

16日(金)

15:00~16:30 定員15名

クリスマス会

抽選会、ゲーム大会、ケーキ等で絆を深めましょう。費用:200円

応募締切→10日(土)まで

22日(木)

10:00~12:00 定員8名

(なるべく予約をお願いします)

サロンdeおしゃべり for

YOUTH

18歳~34歳までの方を対象にした、気軽におしゃべりできる場です。

気軽にご参加ください。飲み物をご用意してお待ちしています♪

原則予約が必要です。電話:0463-80-3294

Mail: voicepeer.hadano.gmail.com ※メールの場合は表題にプログラム名を記載ください

予約がないものもあります。上の表でご確認ください。

※申込の締切: 締切がある場合は上記のとおり、ない場合は前日です。(既に定員に達している場合は締切前でもお断りすることがあります。)

定員に満たない場合は、当日参加できるプログラムもあります。

ぱれっと・はだの ミニ！12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

12月は、師走(しわす)、春待月(はるまちづき)ともいわれ、新しい一年に思いをはせる月でもあります。

この1年の主な活動を振り返ります。

折りガミでカード&お薬手帳きせかえ



5月と9月に利用者の方から企画していただいたプログラム「折りガミでカードづくり」を5月に「お薬手帳きせかえ」を9月に実施しました。

マスキングテープアート

7月8日(金)にマスキングテープを利用したアート作品をつくりました。思い思いの作品にしようとして参加者は集中して取り組まれました。



ボイスピアを開催



8月6日(土)に「病気のこと、人間関係のこと」をテーマに行い、ニーズの高いテーマと充実した内容に参加者からも高い評価をいただきました。

マッキーハーモニカライブ

9月17日(土)にブルースハーブ(ハーモニカの一種)の演奏会が開かれました。小さなハーモニカからスケールの大きな音楽が流れ参加した人はプロの演奏に感心して聴きっていました。



くずはの広場で森林セラピー



10月15日(土)に森林浴の効果がある森林セラピーが開催されました。焼ごてを使い木のストラップづくりにも挑戦し、好きな図柄の作品を作りました。

丹沢の木でオブジェづくり

11月11日(金)表丹沢野外活動センターにて芸術家から丹沢の丸太を使用したオブジェづくりを学びました。表丹沢の素晴らしい自然の中で良い汗をかきました。



「上は大水、下は大変。なーんだ」答えは分かりますか？正解はお風呂ですが、若い人は答えを聞いてもピンとこないそう。五右衛門風呂とまでは行かなくても、昔は湯船に溜めた水を下の方から沸かしていたので、下は熱いのに上は冷たく、湯かき棒で混ぜて入っていました。でも、最近のお風呂は始めからお湯を溜めるので、上も下も温度は同じ。なぜなぞも時代とともに変化するのでしょうか。

もう一問。「上がることはあっても、下がることのないもの、なーんだ」こたえは…年齢。by M!

Peer's EYE

ピアサポーターから

皆さん、冬になりましたがどうお過ごしでしょうか？体調不良や風邪をひいてませんか？私は心の風邪をひいていてピアサポーターの活動を休んでいました。療養をしたので最近少しずつではありますがピア活動を再開しています。疲れたら休んでいいんです。また復活しますから！

ピアサポーターまっちゃんより



ピア相談会 毎月第3火曜日開催



障害福祉施設の紹介コーナー



社会福祉法人ビーハッピー **みのりの家** (生活介護事業 定員 20名)



日常生活の「いま」を大切にしています。

30年以上作り続けている人気のクッキーです。

【活動内容】

- ・ 散歩、ドライブ、買い物、お菓子作り、手芸、趣味の活動、リハビリテーション、クッキー作業、体操、ダンス、納涼祭、クリスマス会、遠足等
- ・ 昼食は給食があります
- ・ それぞれにやりたいことを行って日常の生活を大切にしています
- ・ お互いの存在を肯定しあう体験を大切にしています

「命への尊敬の念を大切にして、日常生活の「今」に夢中になり34年が経ちました。」
人と比べない、ありのままの生き方を、尊重された人生を
人は生まれてきたこと、生きていることが本当に素晴らしいことだから、もうそのことだけで十分に尊
ばれ、ありのままを肯定される場を続けています。

住所 〒259-1322 秦野市渋沢 1480-1 電話 0463-80-2332 FAX 0463-83-7744

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12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 ※飲み物だけ提供します。

【サロン】12月17日(土) 13:00~15:00 本町公民館 参加費無料

【サロン】1月21日(土) 13:00~15:00 本町公民館 参加費無料

【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】12月10日(土) 13:30~ ぱれっと・はだの

1月14日(土) 13:30~ ぱれっと・はだの 新年会

【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ので各連絡先にご確認ください。