



プログラム予定表 (令和5年3月)

地域生活支援センターはれっと・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
交流室				ピアの集い	フリースペース		/
活動室			フリースペース	フリースペース	仲間と居場所のチカラ	フリースペース	
	6	7	8	9	10	11	12
交流室		病院施設等交流事業	健康相談会	たまり場for youth(仮称)			/
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	
	13	14	15	16	17	18	19
交流室		サロンdeおしゃべり				清美オレンジ狩りに行こう	/
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	
	20	21	22	23	24	25	26
交流室		/			社会資源紹介「ボクササイズ」	桜を見に行こう	/
活動室	オープンスクエア		春分の日	フリースペース	フリースペース	フリースペース	
	27	28	29	30	31		
交流室		フリースペース					
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		



～申し込みの不要なプログラム～

- * 3日(金)仲間と居場所のチカラ～セルフヘルプグループに学ぶ～ 13:00～16:00
オンラインで参加します。仲間を支える活動の報告があります。是非ご参加ください。
- * 14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。
ピアサポーターも参加します。

～ピア関連～

- 2日(木)ピアの集い 14:30～16:30
- 7日(火)病院施設等交流事業 オンラインでみくるべ病院と 13:40～14:40
- 28日(火)ピア相談会 13:30～15:30 ※事前予約が必要です。

～申し込みの必要なプログラム～

- * 8日(水)健康相談会/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
- * 9日(木)たまり場for youth/10:00～ 定員8名 予約をお願いできればと思います。
- * 18日(土)「清美オレンジ狩りに行こう」/13:30～16:30→締切16日(木)
先着7名まで費用200円
- * 24日(金)社会資源紹介「ボクササイズ」/15:00～16:00→締切16日(木)
先着8名まで 動きやすい服装、タオル、飲み物
- * 25日(土)「桜を見に行こう」/13:30～16:30→締切25日(金) 先着7名まで

★2023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。

3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(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です。

14日(火)

15:00~16:00 予約不要

サロンdeおしゃべり



ざっくばらんに皆でおしゃべりしませんか!?
飲み物を用意してお待ちしています。

9日(木)

10:00~12:00 定員8名

(なるべく予約をお願いします)

たまり場

for YOUTH

18歳~39歳の方を対象にした、ふらりと気軽に来られる場です。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。

24日(金)

15:00~16:00 定員8名

ボクササイズ



ボクササイズは有酸素運動と無酸素運動ができるエクササイズです。

「生活介護事業所はみんぐ」で行っている運動プログラムの一つで、実際に「はみんぐ」のトレーナーが丁寧にお教えいたします。

※持ち物: 動きやすい服装とタオル、飲み物

3日(金)

13:00~16:00

セルフヘルプグループに学ぶ
仲間と居場所のチカラ

県内で活動している自助グループ活動の紹介です。
神奈川県社協の研修をオンラインで聞きます。

予約不要 地域活動室のテレビで観られるようにします

18日(土)

13:30~16:30 定員7名

清美オレンジ狩りに行こう

ぱれっとに集合して、車で山北に行きます!

費用: 200円

持ち物: 動きやすい服装、スニーカーなど汚れてもいい靴、タオル、飲み物、オレンジを入れるビニール袋

雨天中止

25日(土)

13:30~16:30 定員7名

桜を見に行こう



お花見! 車で回ります。

※持ち物: 飲み物、タオル、雨具、歩きやすい靴で!
雨天中止

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

予約が必要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! 3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

3月は、^{かつ}弥生。^{やよい}桜をはじめ花が咲く季節のため「^{さくら}桜月」「^{はな}花見月」「^{はな}花咲月」の異称もあります。

桜のきれいな季節が近づいてきました。おすすめのお花見スポットを紹介します。



富士見大橋から平和橋にかけ、456本の桜が水無川兩岸に植樹されています。

見頃3月中下旬～4月上旬
行き方秦野駅北口から桜土手経由渋沢駅行で7分カルチャーパーク前下車すぐ



蓑毛の薄墨桜

日本三大桜の一つ「薄墨桜」が咲き誇る絶景スポット。開花期にはライトアップもしています。

見頃3月下旬頃ですがその年によって変わります。

行き方秦野駅北口から「蓑毛行」バスで「蓑毛中」から少し坂を下り左側。



はだの桜みち

神奈川県で一番長い桜並木。西大竹から堀山下まで約6.2kmにわたってソメイヨシノが植樹されています。

見頃3月中下旬～4月上旬
行き方秦野駅南口から徒歩15分ほど。



震生湖

震生湖湖畔にある福寿弁財天近くの広場に桜があり、見頃になると桜一色になります。

見頃3月中下旬～4月上旬
行き方秦野駅からバス「震生湖」経由比奈窪行きで約12分「震生湖」下車、徒歩約3分



弘法山公園

園内にある1400本以上の桜が咲き誇り、桜の名所です。

見頃3月中下旬～4月上旬

行き方秦野駅北口より「曾屋弘法 行き」バス乗車約10分、「弘法山入口」下車、徒歩約10分



白泉寺のしだれ桜

樹齢120年と言われる桜は毎年見事な花を付けます。4月上旬の桜のころには大勢の見物客でにぎわいます。

行き方渋沢駅から「大倉行き」で約20分、終点「大倉」下車、風の吊り橋を渡って約10分

～ピア相談会(座談会)のご案内～ 毎月第三火

曜日 13:30～15:30 ぱれっと・はだのにて開催

「こんな時、他の人はどうしているだろう…?」当事者同士の座談会に参加して、ざっくばらんに話してみませんか? 3月は28日(火)の開催になります。

※座談会は予約不要ですが、会場の関係上定員7名とさせていただきます。

※個別のご相談も受け付けます(要予約、☎0463-80-3294)。個別相談は14:30～の開始になります。

～ピアサポーターから～

Peer's EYE

最近、思っていることは?

精神障害者って恋をしちゃあダメなのかなあ?

ダメな理由を誰か教えてください。お金がないせいかな?

障害基礎年金じゃ人に会う機会が少ないのに・・・

解決法誰か教えてください。 by ヤマザル



障害福祉施設の紹介コーナー



社会福祉法人 かながわ共同会 秦野市障害者日中サービスセンター「ひまわり」



「ひまわり」は本町保育園の跡地へ移転してから約11年が経ち、以下の3つの事業を運営しています。

○地域活動支援センター 定員10名 (送迎サービスなし)

○生活介護 定員20名 (送迎サービスは秦野市内であれば応相談)

地域活動支援センターと生活介護は一体的な運営となっていますが、活動につきましては個々のニーズや適性に合わせて提供しています。

主な活動内容・・・外注作業(ネジ・ビス関係、ボール洗浄など)、散歩、ドライブ、アルミ缶潰し(リサイクル)、カレンダー等の創作

●日中一時支援 定員7名

障害のあるお子さんが一時的に介護や生活の場を必要とされた場合にお預かりし、支援します。一日最長6時間。主な対象は、秦野養護学校の児童・生徒となっています。

見学・体験は随時受け付けておりますので、お気軽にどうぞ。

住 所：秦野市本町3-13-49

TEL：0463-73-7744 FAX：0463-82-5781

メール：han-himawari@kyoudoukai.jp



彩り茶房

関係機関からのお知らせ



新型コロナウイルス感染拡大防止のため令和5年3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】3月18日(土) 13:00~15:00 本町公民館 参加費無料

【サロン】4月15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】3月11日(土) 13:30~ ぱれっと・はだの

4月22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ので各連絡先にご確認ください。