



プログラム予定表 (令和5年5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	7
交流室							
活動室	オープンスクエア	フリースペース	憲法記念日	みどりの日	こどもの日	フリースペース	
	8	9	10	11	12	13	14
交流室		サロンdeおしゃべり	健康相談会	ピアの集い	花菜ガーデンにバラを見に行こう		
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	
	15	16	17	18	19	20	21
交流室		病院施設等交流事業		ボクササイズ	オリガミdeリースづくり		
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	フリースペース	フリースペース	
	22	23	24	25	26	27	28
交流室		総会のためお休みです		たまり場for youth	総会のためお休みです		
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	
	29	30	31				
交流室		フリースペース					
活動室	オープンスクエア	相談会	フリースペース				

【23日、26日は総会のため、フリースペースはお休みになります。ご了承ください】

- *9日(火)サロンdeおしゃべり/15:00~16:00お茶などを飲みながらおしゃべりしましょう。
- *25日(木)たまり場for Youth/13:00~15:00 39歳以下の方を対象にしたフリースペースです。

~ピア関連~

- 11日(木)ピアの集い 14:30~16:30
- 16日(火)病院施設等交流事業 13:30~14:40
- 30日(火)ピア相談会(座談会) 13:30~15:30 ※事前予約が必要です。
 13:30~14:30 座談会
 14:30~15:30 個別相談(予約があれば、個別対応します。)

~申し込みの必要なプログラム~

- *10日(水)健康相談会/計測13:00~相談13:15~15:45
管理栄養士による栄養相談を行います。要予約。
- *12日(金)園芸活動/13:30~16:00 平塚市の花菜ガーデンに行こう!先着7名まで
持ち物については裏面をご参照ください。
- *18日(木)ボクササイズ/15:00~16:00 先着8名まで
- *19日(金)オリガミdeリースづくり/14:00~15:30 先着7名

★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。
 予約をしたうえ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。
 注意!!!5月以降も登録できますが、手続きしていない方はプログラム等の発送は行いません。

5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

9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。

10日(水)

13:00~15:45 要予約

健康相談会



管理栄養士による個別相談です。

18日(木)

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」のトレーナー
が丁寧にお教えいたします。
簡単な動きから始めますので、初めての
方も大歓迎です。

持ち物: 動きやすい服装、タオル、
飲み物

25日(木)

13:00~15:00 定員8名

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。時間内は出入り
自由ですので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。

12日(金)

13:30~16:00 定員7名

花菜ガーデンに
バラを見に行こう

車で平塚の花菜ガーデンに行き、春の
バラを見て楽しめます。



※持ち物: 障害者手帳

(お持ちの方は必ずご持参ください。

入園料特典があります。)

飲み物、タオル、雨具、

歩きやすい靴、動きやすい服装で!

雨天中止

19日(金)

14:00~15:30 定員7名

オリガミdeリースづくり

折り紙でリースを作りましょう。

見本はフリースペース内に掲示してあり
ます。折り紙が得意なメンバーが丁寧
に教えます♪



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! 5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>



5月は、^{がつ}皐月。^{さつき}菖蒲月（あやめづき）という別名もあり気候が温かくなり美しい花が多く咲く月でもあります。



コンセールノスタルジーク 懐かしの歌謡曲を中心に

昭和の初めから戦後の復興期までの歌謡曲や童謡を聴きます。アナログな温かみのある音色で、見直されている懐かしのレコードを、蓄音器で楽しむ音楽会を開催します。

〈予定される曲目〉 ☆影を慕いて ☆東京ブギウギ ☆喜びも悲しみも幾
歳月 ☆ここに幸あり ☆あかいとりことり 他

※曲目は変更することもあります。定員30名（先着順）入場無料



講師 村田 淳一 さん（懐かしのレコードを聴く会代表）

日時 2023年6月3日(土)午後1時30分～午後3時30分

会場 ぱれっと・はだの1階地域交流室(秦野市本町2-7-25)

申し込み・問合せ ぱれっと・はだの地域活動担当 0463-80-3294

蓄音機のいいところ

蓄音機は1877年にエジソンが発明しました。日本では1910年に初めて国産蓄音機が発売。「音の出る魔法の小箱」として音を再生できる機器は大衆の娯楽品として人気となり、各地へ広まっていきました。

145年の歴史がある音響機器です。

音の魅力

それは音に躍動感と新鮮さがあるということです。大型になるに従って、音に余裕が生まれ、スケール感が増し、気品すら漂ってきます。

～ピアサポーターから～

今回は人の気持ちについて話したいと思います。良く人の気持ちを考えて話しましょうとか言いますが、それが出来る人と出来ない人がいると思います。出来る人と出来ない人の違いは、自分の気持ちを客観的に見られているかどうかです。

自分の気持ちが分からない人は他人の気持ちが分かりません。自分の気持ちが分かっている人は、相手に話すことを自分に置き換えて自分がどういう気持ちになるかが分かれます。

そこで相手に話しても大丈夫かどうかを判断することが出来るということですね。（天の声）

Peer's EYE



障害福祉活動団体の紹介コーナー

精神保健ボランティア けやき



精神保健ボランティア「けやき」です！！

わたしたちは「心の病」をかかえながら、地域で生活をしている皆さんとおしゃべりしながら交流しています。ほっと息抜きできる居場所づくりを目指して活動しています。是非、気軽に参加して見ませんか。

◇交流会の日程

開催場所：本町公民館

開催日時：毎月第3土曜日 午後1：00から3：00

連絡先：秦野市社会福祉協議会（電話 84-7711）

参加者からの声

和やかな雰囲気がとても良いと思います。同じような思いを抱えた方と出会えて参加して良かったと思いました。

関係機関からのお知らせ

* 彩り茶房 閉店のお知らせ

ながい間、彩り茶房をご愛顧いただき、誠にありがとうございました。勝手ながら、令和5年3月をもちまして、閉店することになりました。

これまでの皆様からのご支援、心より感謝申し上げます。

※【連絡先】丹沢自律生活センター総合相談室 ☎0463-71-5872

* 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】5月20日（土）13：00～15：00 本町公民館 参加費無料

【サロン】6月17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）

【講演会】5月13日（土）14：20～16：20 演題「親なき後に備えるための心の育て方」

※講演会には皆さんの参加をお待ちしています。会場 保健福祉センター

【定例会】6月10日（土）13：30～ ばれっと・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。