



# プログラム予定表(令和5年6月)

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

※記載がない日もフリースペースは毎日やっています♪月曜日はオープンスクエアです。

(日曜・祝日はお休みです)

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
	6月				コンサール ノスタルジーク 13:30~15:30	
5	6	7	8	9	10	11
	健康相談会 13:30~15:45		ピアのつどい 14:30~16:30	園芸活動 13:30~14:30		
12	13	14	15	16	17	18
	サロンdeおしゃべり 15:00~16:00		たまり場 for Youth 13:00~15:00			
19	20	21	22	23	24	25
	ピア相談会 13:30~15:30		ハーバリウムを作ろう 13:30~15:00			
26	27	28	29	30	プログラムの詳細は、裏面をご確認ください。	
	セルフケアの部屋 13:30~14:30		たまり場 for Youth 13:00~15:00			
	フリースペース		オープンスクエア			
	予約不要のプログラム		予約が必要なプログラム		ピア活動	

**3日(土)**  
13:30~15:30  
コンサール  
ノスタルジーク

蓄音機で歌謡曲や童謡を聴いて楽しみましょう。

定員30名 先着順

**6日(火)**  
13:00~15:45  
健康相談会

管理栄養士による個別相談です。

**9日(金)**  
13:30~14:30  
園芸活動  
(予約不要)  
花壇のお手入れをします。  
雨天中止

**6月プログラム一覧表**

**22日(木)**  
13:30~15:00  
ハーバリウムを作ろう

ハーバリウムとは、小瓶にドライフラワーなどの花材をオイルで封じ込めたインテリアアイテムのことを指します。自分だけのハーバリウムを作りましょう。ハンドメイドが得意なメンバーが丁寧に教えます♪

定員6名、費用200円

**13日(火)**  
15:00~16:00  
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!?  
予約不要

**15日、29日(木)**  
13:00~15:00  
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。

**20日(火)**  
13:30~14:30(座談会) 予約不要  
14:30~15:30(個別相談) 要予約  
ピア相談会  
ピアサポーターと一緒に考えましょう。

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。

**27日(火)**  
13:30~14:30  
セルフケアの部屋

セルフケアについてのテーマを、皆で話しながら進めていきたいと思っています。継続的に続けていく予定のプログラムです。  
定員6名

# はれっと・はだの ミニ！6月号

【発行】 秦野市地域生活支援センター  
”はれっと・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>



## ミュージックベル エプロンおばさん が、はれっと・はだの にやってくる！



7月1日（土）14：00～15：00

場所：はれっと・はだの  
地域交流室

定員30名

### 音楽っていいな♪



先月に引き続き、今月もはれっと・はだのでは音楽イベントを開催します！

音楽は自律神経に影響を与えるなど心身ともにリラックス効果が言われています。今回のようなイベントは、家で聴くだけでなく「仲間とともに音楽を見に行き、あじわうこと」というのも大きな意味があるかもしれませんね。

興味をもったあなた！ぜひ足を運んでくださいね!!

結成28年コツコツと活動を積み重ね、8人の仲間と楽しくボランティアを続けています。ミュージックベル、トーンチャイム、キーボード等を使って季節の曲や唱歌を演奏、共に楽しんでいただける様に、曲に合わせて歌ったり、体を動かしたり、居眠りもよし、ふれ合いを大切にしています。

活動は秦野市、平塚市ですが、6年前に熊本地震復興応援訪問演奏会を熊本の地で行いました。

去年は、これまでの活動を讃えて神奈川県知事賞を賜りました。

今回数年ぶりのはれっと・はだの訪問です。

お会いできるのを楽しみにしています。

代表 藤本きよみさん

Peer's EYE ～ピアサポーターから～

ピア相談会（座談会） 毎月第三火曜日開催  
6月20日（火）13：30～15：30

ピアサポーターとはなんだろうと考えました。雨が降ってきて、傘をさしてくれるのは支援者だと思えます。では、ピアサポーターは？雨の中で一緒に濡れる存在だと思っています。そうしたピアサポーターと語らい、あなたの悩みや不安をお話ししていただだけませんか？きっと、心ははれると思えますよ。（トシ）

## 障害福祉活動団体の紹介コーナー



5月13日には、外部講師をお招きして講演会を開催しました。

「親なき後に備えるための心の育て方」  
心理カウンセリングルーム そらいろ代表 井上雅裕氏

## 秦野精神保健福祉家族会 のぞみ会

私たちは、精神障害者を抱える家族の会です。1985年に当時の秦野保健所の家族教室に集まった家族が中心になって発足しました。名称は将来に明るい希望を託して「のぞみ会」と名付けました。

毎月第二土曜日午後1時半から「ぼれっとはだの」で定例会を開いています。語り合い、学び合い、励まし合い、継続していくことを力としています。一人でも多くの当事者と家族が、孤立することなくともにつながりあえることを願っています。

会長 石川ひとみさん

定例会の予定や連絡先は下記に記載があります。  
お気軽にお問合せください。

## 関係機関からのお知らせ

### 精神保健ボランティア けやき

【サロン】6月17日（土）13：00～15：00 本町公民館 参加費無料

【サロン】7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】6月10日（土）13:30～ ぼれっと・はだの

【定例会】7月8日（土）13:30～ ぼれっと・はだの

連絡先：のぞみ会会長 石川ひとみ ☎080-5420-5783  
✉hitonsan3023@gmail.com

### 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