

# 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>

## 地域活動支援プログラムの振り返り（前半）

～2024年度に実施したプログラムを振り返ります～



5月 秦野アートフェスティバルat丹沢湖



毎月 園芸活動

所内の緑や花の手入れをしています



4月 花のリース  
折り紙ワークショップ



7月 ウクレレ演奏会  
出演：ハンサム判治さん

8月・10月 メイク講座



折り紙WS・メイク講座は、フリースペースメンバーが得意なことを活かして、計画立案から準備、当日の講師までを担いました。

2025年度のフリースペース継続利用について、改めて登録手続きが必要になります。2月～4月末まで、登録面談を実施します。詳しくは地域活動支援までご連絡ください。 0463-71-5720

### Peer's eye

【ピア相談会】毎月第二火曜日開催（2月は祝日のため第三になります）

次回開催2月18日（火）13：30～15：30

座談会（予約不要）13：30～14：30、個別相談（要予約）14：30～15：30

色々ストレスが溜まったのか、体調を崩してしまいました。心身の疲労がピークに達したような感じで、自分の頭の中も訳がわからなくなったような感覚に陥りました。

明けて2025年。新年になり、海に初日の出を見に行きました。テレビで箱根駅伝も見ました。

一歩ずつでも良い、自分らしく歩んでいきたい…

新たな気持ちで進んでいきたい…

リラックスしながら、そう思う事ができました。 【mineka】



## 障害福祉資源紹介コーナー

### 医療法人財団青山会 みくるべ病院デイケア

秦野市三廻部948 0463-88-0266

当院のデイケアは、統合失調症・うつ病の方に加えて、依存症の方も多く通所されています。年齢層の幅は広く通所のペースも様々です。依存症の方には月に一度ミーティングをして生活の振り返りをする機会を設けています。また、休職中の方の中には、生活習慣を取り戻すために短期間の通所をして復職に備える方もいます。

日中活動は、ゲートボール・モルックをはじめとした軽運動、認知機能向上のための頭の体操、陶芸・革細工などの作業活動、など多岐にわたります。時折、心理教育や健康講座を開催しており、カラオケや外出レクを楽しむ日もあります。

毎日15名前後が通所しており、和やかでのんびりした雰囲気です♪ぜひ見学にいらしてください。



室内の様子、休憩できるよう小さな和室も完備しています



季節の創作、毎月趣向を凝らした作品が出来上がります



木工の様子、みんなでモルックの枠を作りました

### はれと美術館

「公孫樹」



「ぶどう」



野間 倫太郎 作

はれっと・はだでは、障害をお持ちの皆さんの描いた絵や写真を展示しています。通称「はれと美術館」。1階交流室、2階相談室、階段などにありますので、ぜひご覧下さい。本誌掲載希望の作品も大募集です！（秦野市在住の障害のある方対象）はれっと・はだの地域活動支援班までお問い合わせください。

### 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】 2月15日（土）13：00～15：00 本町公民館  
3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】 2月8日（土）13：30～ はれっと・はだの  
3月8日（土）13：30～ はれっと・はだの  
連絡先：のぞみ会会長 石川ひとみ 080-5420-5783

※hitonsan3023@gmail.com

#### 発達パートナーズはだの支部

【茶話会】 2月15日（土）13：30～16：00  
場所：保健福祉センター 第一会議室

参加費：500円

連絡先：秦野市社会福祉協議会  
0463-84-7711 もしくは

代表 椎名※jogras4544@yahoo.co.jp

\*\*\*\*\*

## 2月 プログラム一覧



4日(火)  
13:00~15:45  
**健康相談会**  
※要予約(定員3名)

管理栄養士による  
個別相談です。



18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

ピアサポーターさんへ相談したり、一緒に  
おしゃべりを楽しんだり。  
お気軽にご参加ください。



【プログラムの郵送に関して】

郵送料値上げもあり、プログラムの個人宛の郵送は12月で終了しております。  
フリースペースに取りに来ていただくか、ホームページをご確認ください。よろしくお祈りします。



13日(木)

13:30~15:30  
**羊毛フェルト作り**  
※要予約(定員6名)  
※材料費 100円

羊毛フェルトでかわいいマスコットをつくろう



20日(木)

13:30~15:00  
**園芸活動 外出編**  
**春を探して**  
※要予約(定員6名) ※雨天中止

春を探しに出かけよう。  
車に乗って、ふきのとうなどを探しに行きます。

28日(金)

13:30~14:30  
**セルフケアの部屋**  
※要予約(定員6名)

こんなとき、他の人はどうしているんだろう・・・みんな語り合いながら、一緒に自分探しをしてみませんか。

【予約不要のプログラム】

21日(金)

13:30~14:30  
**サロンdeおしゃべり**

みんなで一緒に、おしゃべりしたり、フリースペースの過ごし方を考えよう。  
(お茶も出ます!)

22日(土)

13:00~15:00

**たまり場forYouth**

18歳~34歳の方なら、どなたでも参加可能です。  
ばれっとのフリースペースでお話しませんか?



原則予約が必要です。

【1月28日から予約を受け付けます。】

予約が必要無い物もあります。

この表でご確認ください。

電話：0463-71-5720

mail: voicepeer.hadano@gmail.com

※メールの場合は表題にプログラム名をご記載ください。

※申し込みの締切：締め切りがある場合は、記載の通り、無い場合は前日です。  
すでに 定員に達している場合は締め切り前でもお断りすることがあります。

申し込みをしていなくても、当日参加できるプログラムもあります。



## プログラム予定表(令和7年2月)

※記載がない日も火~土はフリースペースやっています。月曜日はオープンスクエアです。  
(日曜・祝日はお休みです)

地域生活支援センター ばれっと・はだの  
紫野市本町2-7-25 ☎0463-71-5720

電話番号変わりました

月	火	水	木	金	土	日
					1	2
	<フリースペースの利用は、登録が必要です>		プログラムの詳細は、裏面をご確認ください。		2月	
3	4	5	6	7	8	9
	健康相談会 13:00~15:45		ピアのつどい 14:00~16:00			
10	11	12	13	14	15	16
	建国記念の日	出張ピア① 14:00~15:00	羊毛フェルト 13:30~15:30			
17	18	19	20	21	22	23
	ピア相談会 13:30~15:30		園芸活動 外出編 13:30~15:00	サロンdeおしゃべり 13:30~14:30	たまり場forYouth 13:00~15:00	天皇誕生日
24	25	26	27	28		
振替休日	ピア学習会⑥ 14:00~16:30		出張ピア② 10:00~12:00	セルフケアの部屋 13:30~14:30		

フリースペース  
予約不要のプログラム

オープンスクエア(地域活動支援班の職員は不在の日になります)  
予約が必要なプログラム

ピア活動



【お知らせ】

★プログラムの郵送に関して  
郵送料値上げもあり、プログラムの個人宛の郵送は昨年末で終了致しました。フリースペースに取りに来るか、ホームページをご確認ください。よろしくお願いいたします。

★オープンスクエアに関して、この日は地域活動支援担当職員の出勤がありません。登録者の皆さん向けの場所の開放のみになりますので、ご了承ください。わからないことはスタッフまでお問い合わせください。

★2025年度の継続利用につきまして、改めて登録手続きが必要になります。2月から継続登録のための面談を実施します。

☆2月~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ので、4月末までに来館の難しい方もご連絡ください。

★ピア活動：12日(水) 当事者連絡会 27日(木) 精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの協議の場(ワールドカフェ)