

いつもの満員バスに乗って、周りの人の優しさが身に染みて有難く感じます。私は、そのバスを降りる時、中の方に深く頭を下げて、お礼を言います。何かジーンと熱い、温かい気持ちになって、生きている事の嬉しさを感じます。

【P.N ねこ(みけねこ)】

開館日時

月	火	金	12:30~20:00
土	日	祝	9:00~16:30
水	木		休館日



2月イベント・サークル活動

- 11(土) メンバーM(みんちか) 14:00~
- 12(日) GTC なでしこ 14:00~ メニュー;もちもちパンケーキ
参加費 150円 ※申込〆切 2月11日(土)
- 18(土) カラオケタイム「うた丸」(外出) 13:30~センター出発
場所: 歌広場 参加費 290円 ※申込〆切 2月12日(日)
- 19(日) Social Skills Training 14:00~
テーマ:「自由テーマ」
- 26(日) 誕生会 14:00~ 参加費 100円 ※申込〆切 2月25日(土)

※今月の散策の会はお休みです。

家族会共催イベント 報告

今年度は、家族会とセンターの共催で二つのイベントを実施しました。今後も一緒にイベントを企画していくことになりました。

*WARP(元気回復行動プラン)を体験してみよう

グループごとに自分が元気になることを模造紙に書き出し、「元気に役立つ道具箱」を作りました。和気あいあいと話しながら、どんな小さなことでもリハビリに繋がっていくことを学ぶことができました。



*体操教室

センターの鈴木職員が講師となり、22名参加で開催しました。身体を動かす前に健康とは何か、健康を阻害するものは何かについて話し合い、骨と筋肉の仕組みを学び、座りながらも簡単に出来、かつ効果的な体操を皆で行いました。寒い毎日、暖房もいけれど、身体を動かして温まるのも気持ちが良いものですね!

センターからお知らせ



〇マイスリッパについて

マイスリッパを持参して使用していただくのは構いませんが、下駄箱のスペースも限られておりますので、お持ち帰りくださいますようご協力お願い致します。

メンバー コラム

「希望を得た二〇一六年」

二〇一六年は忙しかった。二月も春も本展や支部展、選抜展と等迦会関係の展覧会があり、絵画だけではなく、王冠製品取扱店として中島町のこそあどぐるんも追加された。

行動範囲は広がりを見せ、冊子も又、精神障害を持って生きる者の姿として、読んでくれた人も増えた。

毎日伯父に電話でその日の報告をし、一日の記録を付けて外来診察日に担当医へ渡していることの大切さも実感した。

サザンウインドでも、私が原稿用紙に書いた文を支援センター職員がUSBに保存してくれて、ますます意欲が高められた。

現在の私は気持ちが明るい。これからの自分がどのような行いをするか、落ち着きを持って考えていきたい心境だ。 【P.N 王冠リサイクラー】

相談事業

日常生活に関わる相談等をお受け致します。

※電話の場合(1回30分以内) [045\(251\)3992](tel:0452513992)

平日は…14:00~18:00

土日祝は…13:00~15:00

◆カウンセリング 2月4日(土) 13:00~ 【予約制】

カウンセラー 吉田尚友さんによるカウンセリング

※カウンセリングの予約は、1/25~受付します。

希望者多数の場合お受けできないことがあります。

◆嘱託医相談 2月18日(土) 10:00~ 【予約制】

精神科医 服部先生による Dr. 相談

