

<精神に障害のある方の気軽な相談場所・交流の場>

# 地域生活支援センターあさやけ通信「風」2月号

社会福祉法人 ときわ会 地域生活支援センター あさやけ



〒187-0031 小平市小川東町 4-2-1 「小平元気村おがわ東」1階  
TEL (相談用) 042-345-1741 (事務用) 042-345-2077  
FAX 042-345-1734  
E-mail [kaze1741@asayake.or.jp](mailto:kaze1741@asayake.or.jp)  
ホームページ <http://www.asayake.or.jp/sien.html>



## 新年会

元旦にあさやけ第二作業所をお借りして、新年会を行いました。当日は 30 名ほどのメンバーと一緒におせちとお雑煮を楽しみました。今年も楽しい一年をみなさんと一緒に過ごせますように！



## 支援センター活動報告

# クリスマス会



12月22日にクリスマスケーキ作りとレクを楽しみました。  
みんなで生クリームをホイップするところから作ったケーキは、とても美味しくできました。メンバーによる漫才やレクで大盛り上がりでした。



## ぴゅああーと展

日時：1月18日(水) 午後4時  
(午後5時よりオープニングセレモニー)  
1月19日(木)～20日(金) 午前10時～午後5時  
場所：東久留米市市民プラザホール屋内ひろば  
入場料：無料  
問合せ：東久留米市企画運営室企画調整課  
TEL/042-470-7702  
★センターあさやけのメンバーの絵画も展示しています。是非足をお運びください！



## 1月メンバー学習会 「地域の作業所を知ろう」

日時：1月24日(火) 午後3時15分～  
場所：センターあさやけ 交流室  
内容：お菓子作りや縫製の作業をしている「サングリーン」に活動紹介をしていただきます



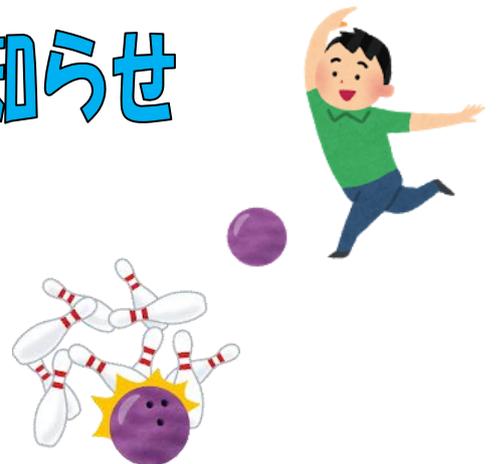
サングリーンで作っているパウンドケーキの試食もできます！

## 支援センターのお知らせ

# ミニレク「ボーリング」のお知らせ

日時：2月14日(火) 午前10時～午後12時  
場所：BIG BOX 東大和  
集合：午前10時に支援センターあさやけ  
参加費：無料(交通費は自己負担)  
定員：5名(定員になり次第申込終了)  
申込：2月2日から交流室掲示板のポスターに名前を記入または電話にて受付

※登録者のみが参加できます。  
※多摩六都科学館・お散歩とカフェに参加した方は参加できません。  
※西武園ゆうえんちのみに参加している方は参加できます。



## 地域のおしらせ

国立精神・神経医療研究センター病院家族会「むさしの会」

### 1月例会のお知らせ

日時：1月28日(土) 午後1時～午後4時半

場所：国立精神・神経医療研究センター中央館  
3階コスモホール

参加費：200円(当事者の方は無料です)

問合せ：むさしの会 会長住本知子

TEL/FAX 042-572-6028



#### 【タイムスケジュール】

午後1時～ 「リカバリーに役立つ生活習慣  
～食事と運動で認知機能改善～」  
講師/功刀 浩(国立精神・神経  
医療研究センター神経研究所部長)

午後3時15分～ 懇談会

### おだまきの裂き織い 藤原来未個人展 「くうの部屋」

日時：2月9日(木)～2月11日(土)  
午前10時～午後5時

場所：おだまき工房(小平市学園東町1-23-23)

問合せ：社会福祉法人つむぎ おだまき工房  
TEL・FAX/042-341-7107

面白いがいっぱい!  
豊かな感性で自由な  
クルミワールドへ  
ようこそ!



## なぜ、自死の少ない街には立ち話をする人が多いのか

日時：2月24日(金) 開場/午後1時 開演/午後2時

会場：都庁第一庁舎5階大会議場

定員：500名

参加費：無料

申込：不要(当日会場へお越しください)

主催：東京都、東京都精神保健福祉民間団体協議会

問合せ：地域生活支援センターあさやけ(TEL/042-345-2077)

就労支援センター北 わくわくかん  
(TEL/03-3598-3337)

都精神保健医療課(TEL/03-5320-4464)



講師：森川 すいめい氏

(みどりの杜クリニック院長)

精神科医・鍼灸師。現在は精神科の往診や外来治療を行っているが、依存症や緩和医療にも従事した経歴を持つ。現在、多数の非営利組織に理事として関わりながら、ホームレス支援活動・自殺未遂者支援・震災支援活動を継続している。

著書/『その島のひとたちは、ひとの話をきかない』(青土社)

『漂流老人ホームレス社会』(朝日文庫)など

当日は庁舎1階受付にて入庁手続きを行ってください。  
手話通訳・要約筆記・車いすスペース等の配慮が必要な場合は地域生活支援センターあさやけに1月31日までにご連絡ください。

## 高次脳機能障害における情動の問題～自分らしさを取り戻す～

日時：1月28日(土) 午後1時半～午後4時半(開場/午後12時45分)

会場：ルネこだいら 中ホール

参加費：無料

定員：400名(申し込み不要)

内容：Ⅰ部 基調講演「高次脳機能障害の情動の問題」

講師：緑川 昌氏(中央大学文学部教授)

Ⅱ部 当事者体験

～高次脳機能障害が家族に及ぼす影響を考慮に入れた支援の取り組み～

問合せ：小平市障がい者支援課(TEL/042-346-9542)

※介助が必要な身体障害の方、配慮が必要な方はあらかじめご連絡ください。



# 地域生活支援センターあさやけ

精神に障害のある方の気軽な相談場所・交流の場

<開所時間> <相談> / <交流室>  
 月～金 午前10時～6時 / 12時～6時  
 土 午後12時～午後6時  
 日・祝日 閉所

## 2017年2月

月	火	水	木	金	土	日
		1 職員会議のため 閉所	2	3 	4 英会話	5
6	7	8 女性のための …書道	9	10 ㊦ 今日の料理 ゆうごはん	11	12
13 ㊦ カレータ食会	14 ミニレク (詳細は2へ)	15 ガールズデー	16	17	18 サタデー ひだまり	19
20	21 	22 女性のための …書道 SST	23 ㊦ 女子会	24	25 	26
27 ㊦ カレータ食会	28 ㊦ 今日の料理 ひるごはん  風の会& メンバー学習会					

今年度のあさやけの活動をふりかえろう！

**プログラム** ㊦マークのものは事前予約が必要です。

### <通常プログラム>

- 風の会&メンバー学習会 ・3時～4時
- 女性のための書道 ・10時半～12時
- 女子会 ・10時半～12時
- ガールズデー ・10時半～12時
- ピアサポート～なかま会～
- SST ・4時半～5時半
- 今日の料理 ひるごはん ・10時半～12時半
- ゆうごはん ・3時半～5時半
- カレータ食会 ・5時～6時

- センターの活動報告、テーマごとの学習・ミーティング。参加費50円。書道とお茶会。女性メンバーが集う場
- ㊦2か月に一度(偶数月)。ガールズトークが楽しめる茶話会。参加費100円。交流室を女性限定で開けている時間。
- テーマに沿って、なかま同士が気持ちや体験を語る場。
- みんなでゲームをしたり、困ったことを話し合えるプログラム。
- ㊦参加費300円。調理・片付けの自炊の練習。
- ㊦参加費300円。主にカレーを食べながらの交流室食事会。

### <自主プログラム・家族グループ>

- 英会話 ・2時～3時
- サタデーひだまり ・1時半～4時
- けやき会家族相談会 ・1時半～

- 登録者Mさんと、わかりやすい教材等を使い楽しく英語を学ぶ。
- 元気村2階第二会議室。一杯100円で飲み物にお菓子も付きます。
- 家族のための相談・学習の場。6・10・12・2月の第二土曜日。