

栄区生活支援センター

平成24年
10月号

徐々に暑さも和らぎ秋の気配も近づいてきます。もう少しの辛抱でさわやかな季節の到来です♪

発行：横浜市栄区生活支援センター <http://homepage2.nifty.com/sakaekulac/>

住所：横浜市栄区小菅ヶ谷3-32-12-2F 相談電話：045(896)0483



10月イベントスケジュール表

| Sunday | Monday | Tuesday | Wednesday | Thursday | Friday | Saturday |
|--|------------|--------------------------------|---|----------|----------------------|--------------------------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 利用者 ミーティング 14:30~ |
| 7 誕生会 14:30~ | 8 体育の日 | 9 休館日 | 10 嘱託医相談 都甲 崇 Dr 16:30~ 毛利さん相談電話 14:30~ | 11 | 12 昼食会 12:00~ | 13 SST 講座 15:00~ |
| 14 SAKAE ピア 14:30~ | 15 | 16 嘱託医相談 加藤 大慈 Dr 16:40~ | 17 | 18 | 19 フレンドシップ杯 9:30~ | 20 嘱託医相談 越智 祥太 Dr 18:15~ |
| 21 いたちまつり 11:00~ | 22 | 23 | 24 カウンセラー相談 14:30~ 毛利さん相談電話 14:30~ | 25 | 26 | 27 ひだまり 10:00~ |
| 28 楽ッキング 10:30~ 風カラ 15:00~ | 29 | 30 | 31 | | | |

*イベント・嘱託医相談・カウンセラー相談のお問い合わせ・申込等の電話は **045(896)0479** をご利用ください。

*嘱託医相談、カウンセラー相談は事前予約が必要です。

*13:30~14:30 までは職員申し送り中なので、相談電話・窓口対応は行っておりません。ご了承下さい。

いたちまつり2012

毎年、小菅ヶ谷地域ケアプラザと合同で行ういたちまつり。

秋の良い日を皆さんと共に過ごしましょう！

日時：10月21日（日）11:00~14:00

場所：小菅ヶ谷地域ケアプラザ/栄区生活支援センター

内容：模擬店、いたちミュージックサロン、講座、展示
& 体験コーナー...etc

*いたちミュージックサロンに参加して下さる方、

作品を展示希望の方、お手伝いを下さる方、募集中です！

詳細はスタッフまでお声掛けください！

第19回 フレンドシップ杯 ついに決戦の火蓋が切られます！

練習の成果を出して連覇を達成しましょう！

集合日時：10月19日（金）8:45

集合場所：シーサイドライン新杉田駅改札前

持物：お弁当

会場：金沢産業振興センターグラウンド

大会に参加される方、応援して下さい方を募集中！

詳細はスタッフまで。





このコーナーは、生活支援センターからの情報や、センターを利用されている皆様の声をご紹介します。お楽しみに☆v

やっちゃん大学 人生力Up研究室

人生論 ～無情は時を越えて～

たぶん、古今東西、人は悩みながら生きていく存在なんだと思う。若い時は早く大人になりたい、いざ大人になると、「昔はよかった…」と嘆く。どんなに教育や福祉・宗教が充実しても浮上してくる問題なのだと思う。裏を読むこと、先を読むことは大事だろうけど、今この瞬間でさえ不承なのに、一体なにを期待して我々は生きているのだろう。人という鏡を通じて自分というものの存在について考えてみると、良い面、悪い面が見えてくる。良い刺激と同時に、「人は人に支えられて生きているんだと思う。年を重ねて思うことは、生きていることのありがたさであった。

それでは…また…。

平成24年 8月21日(水) a.m. 1:48 八住 泰海

第一君の

ちょっと言わせて!

みのるさんの
田園日誌

そのろ

いじめ問題について語る②

いじめは先生が見えない所で行われていたから、本人(いじめられている人)は信じてもらえないことがある。〇市の中学校のいじめについてはいじめていた人が複数いるという。「自殺しろ」「ここから飛び降りろ」といったことをいって断ると、「お金を持ってこい」といっていたという。ぼくがこのニュースを聞いた時、教育委員会は「何をやっているんだ。学校の先生はなんで早く気がつかなかったんだ!」と思いました。自殺してしまった子の家族はきっと「たった1人の子もだったのに」と思っているにちがいない。大切な人が自殺してしまった悲しみは一生残るだろうから、いじめは消えてほしいと思いました。

7月からゴーヤの栽培をしてくれる仲間が1人増えた。一緒に水やり・観察をしてくれ、心強い。そして、7月5日。急願の実がなっていた! 小さな実だが、青々とふくらみ、こぶが複数ついていて、触感はまだしくゴーヤだ! ピニールひもに実がまきついている様は、“落ちるまい”と必死にしがみついている様子に見えた。7月24日には3cmほどの実が7個もなっていた。毎日水やりを欠かさず行ってはいたが、ゴーヤが多く実り、大きくなってびっくり! ゴーヤと共に自分自身も成長していきたいと思った。また、毎日の成長の様子を記録する意味で、同じ日からゴーヤ日誌をつけ始めた。一言コメントを書き、スタッフに見てもらい、スタッフからのコメントももらう。

ゴーヤの成長の様子も分かるが、スタッフともコミュニケーションが図れ、ちょっぴり達成感も持つ。毎日ゴーヤと顔を合わせるのが楽しみになってきた!



青々と成長中!

月刊RIYOMI

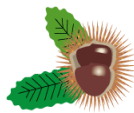
今月の利用者ミーティングはつづやきBOXから大きな話題として、卓球室球使用時間のオーバーと個人の備品を卓球室に置くことへの注意喚起等の要望がありました。基本的に卓球をする際は受付で卓球受付表に名前、時間を記載していただき、1時間を上限にプレーしていただいています。また、センターは原則、個人の備品は置かないことをルールとして守っていただいています。受付表の記載は今まで通りお願いしますが、時間・場所はお互い守り合い、譲り合っていただくことを確認しました。個人の備品を卓球室に置くことについては、備品が卓球の球ということで、“場所を多く占有しない、他の人にも使ってもらうといい、管理は自己責任”という理由で、置くことを容認しました。また、みな様からの要望では、職員への要望が多く出されました。その中でも“職員の入れ替わりが激しく、利用者も落ち着かない”という声に参加者の皆さんが多く賛同していました。確かに入・退職が多く利用者の皆さまにはご迷惑をおかけしています。しかし、皆様との関わりは現スタッフ変わらず行っていますので、宜しくお願いします。

今回の利用者ミーティングは10月6日(土) 14:30~

ピア活動NOW

毎年10月に恒例に開催しているいたちまつり。センター建物前の駐車場にテントを貼り、飲食の屋台を出店していますが、毎年テントを立てていただく作業はセンターのメンバーさんのお仕事として行っていただいています。特に職員が声かけもなく自然発生的に行ってきたことで、例年“今年も手伝うよ!”と声をかけていただきます。10数名のメンバーさん約5脚のイベント用組み立て式テントを力を合わせて足を組み、帆を貼り所定の場所まで移動していただいています。終わった後は皆さん疲労の色が見えますが、輪になってお互いねぎらいの意味も含めて一本締めで終わります。

このように、職員が何わなくても気がついたことがあったら、自分たちで積極的に行い、必要があれば職員に意見も出させていただきます。そんな風土が栄のピア活動を支えているのだと思いました。



☆誕生会☆

日時：10月7日(日) 14:30~15:30

場所：栄区生活支援センターホール

参加費：100円

楽しく誕生日を祝う誕生会に参加しませんか？

おいしいお菓子も用意しています。

誕生月の方は無料で食べられますよ♪

準備やお片付けをお手伝いして下さる方は

13:00までに集合して下さい。

カラオケ申込は10日前に締切になります！



歌にコントで大盛り上がり♪

参加された方の感想

☆歌にコントに楽しく参加できている。

☆みんなで祝ってくれてうれしかった

☆誕生会ミーティングもあり、意見を聞いてくれる。

☆昼食会☆



日時：10月12日(金) 12:00~14:00

場所：栄区生活支援センターホール

参加費：300円

献立：きのこの炊き込みご飯、つくねの照り焼き
お吸物、白玉あずき

*申込みは10月11日(木) 12:00まで。

それ以降のキャンセルは100円いただきますので、
ご了承下さい。

☆SST講座☆

日時：10月13日(土) 15:00~16:30

場所：本郷地区センター

講師：高橋先生、田原先生

テーマ：「頼み事を断わる」



人とのコミュニケーションに困っている方いませんか？
生活で困ってしまった場面を上手に切り抜けて、ストレスのかからない日々を送りましょう。

☆昼カラ☆



日時：10月28日(日) 15:00~17:00

場所：栄区生活支援センターホール

曲入れ、順番の調整は、参加者の皆さんで行ってもらいます。全員が気持ちよく歌えるように協力しあっていきましょう！

☆楽ッキング☆

日時：10月28日(日) 10:30~12:30

場所：栄区生活支援センターホール

参加費：300円

メニュー：炒飯

料理が得意であっても、そうでなくても、皆さんで楽しく、暮らしを支える一品を作りましょう。

参加希望の方は10:30までにホールに集って下さい。



☆SAKAEピア☆

日時：10月14日(日) 14:30~16:00

場所：栄区生活支援センター集会室

参加費：無料

自分が思ったこと、感じたことを素直に、安心して話せるミーティングの場所です。

みなさんと心地よい空間を共有しましょう。



☆ひだまり☆



日時：10月27日(土) 10:00~15:00

場所：小菅ヶ谷地域ケアプラザ/栄区生活支援センター

内容：ミニミニオリンピック

昼食メニュー：五目ごはん、田楽、お吸物、茶巾しほり

☆支援センターではボランティアさんと利用者さんを

中心に「ひだまり喫茶」を開いています。コーヒー、

紅茶、アイスクリーム等のメニューを用意しています。

喫茶をお手伝いしていただける方大募集！！

関心のある方はスタッフまでお申し出ください。