

## EVENTSCHEDULE

- 1日 (日)… 誕生会
- 7日 (土)… 利用者ミーティング
- 8日 (日)… SAKAE ピア
- [9日 (月)… 休館日]
- 14日 (土)… 昼カラ
- 15日 (日)… 楽ッキング
- 20日 (金)… クリスマス会
- 21日 (土)… SST講座
- 22日 (日)… グループカウンセリング
- 28日 (土)… ひだまり



お問い合わせ・イベント・嘱託医相談・カウンセラー相談などの

申込みの電話は **045 (896) 0479** まで

## 栄の相談日

### ・嘱託医相談

加藤 大慈 先生… 12月10日(火) 16:40～  
都甲 崇 先生… 12月11日(水) 16:30～  
越智 祥太 先生… 12月21日(土) 18:15～

### ・カウンセラーによる個別相談

12月25日(水) 14:30～

### ・毛利さんの電話相談

12月11日・25日(水) 14:30～17:00

相談ご希望の方は事前予約が必要です。  
毎月1日より受付を開始いたします。

特に予約は要りません。

☆13:30～14:30は職員申し送り時間により電話相談は行っておりません。入館受付は14時から承っております。

## クリスマス会のお知らせ



今年も実行委員会のみなさんが中心となって、企画などについて話し合っています。

おいしいランチと楽しいイベントを予定しています!

皆さんにとってステキなクリスマスになりますように♪たくさんのご参加をお待ちしています。

日時：12月20日(金) 12:00～

場所：栄区生活支援センターホール

参加費：500円

申込み締め切りは12月13日(金)までです。それ以降のキャンセルは払い戻しできませんのでご了承下さい。

おまじないの **ココ** が **ホスト**!

# コケたらコッコー!!

コケコッコー！イマドッコー？！ミナサントコッコー!!というわけで…みなさんこんにちは!! 寒くなる中、元気に過ごされていますか？最近の僕は…自分の気持ちをうまく伝えられず、ちょっとしたことでコケている気がします。性格からか、病なのか、それとも加齢からくるものなのか、はたまたスケジュールが充実しすぎて麻痺しているのか…etc. 過去と未来のことばかり考えていて、“今”という瞬間に集中できていないからカナ？年末年始の焦りは禁物!!かといって、日々の努力を軽んじるのも禁物!! これからも休み休み精一杯頑張りたいというやっちゃんなのであります…。

平成 25 年 11 月 21 日 p.m. 8 : 08

お詫び 先月号の題が一部「休み休みの人生から学ぶこと」となっておりました。正しくは「大人になっても忘れてはならないこと」です。

## ～私の短歌～

今月の一首

“気が晴れて  
数年ぶりに筆を執る

書けば書くほど  
下手に思へる”

こす が や は な こ  
小菅ヶ谷花子

# 区民まつい大盛況でした!

11月2日「ちょっぴり曇り」の天気の中…



栄区生活支援センターは「たこ焼き&フランクフルト」を実演?! 販売。お店の前は長蛇の列のお客様!! 模擬店に参加された利用者さん達もフル稼働で対応してくれました。



途中、雨が降ってきたりとハズニングもありましたが、皆で頑張っ完売! やった~!! 参加された皆様本当にお疲れさまでした。皆で頑張った後の達成感や体の疲れも癒してくれました。来年にたすきをつなげましょう! 最後に…列に並んで買ってくれたお客様、一生懸命販売してくれた皆様ありがとうございました!



# 月刊RIYOMI

11月の利用者ミーティングは、つぶやきBOXペーパーが38枚も寄せられ、内容盛りだくさんの話し合いとなりました。

夕食メニューの希望の他、イベント、備品、運営等々、話し合う題材が多く、予定時間を超えるミーティングとなりました。寄せられた意見をすべての人が納得して一致にいたることは難しいことですが、少しでも、多くの人が満足して利用できる場所にしていきたいと思ひます。

なお、利用者ミーティングに参加できず、つぶやきの自分の意見がどうなったかを知りたい方は、職員までお申し出ください。今回に限らず、今後参加できなかった方々への伝達も、その都度していきたいと考えております。

さて、いよいよ12月、年の瀬を迎えます。次回の利用者ミーティングでは、年末年始の過ごし方について話し合いたいと思ひます。

# NEW STAFF

どこからともなく現れ  
気がついたらそこにいて  
いつの間にかいなくなってる

# 神出鬼没

そんな存在。  
妖精の類かもしれない。  
(某南区作業所ではそう呼ばれていたらしい)

いつか突然消え去るその日まで  
よろしくお願ひ申し上げます。  
(成田)

## ☆楽っキング☆

日時：12月15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：焼きそば入りお好み焼き

料理が得意であっても、そうでなくても、暮らしを支える一品をつくりましょう。参加希望の方は10：30までに集ってください

## ☆SAKAEピア☆



日時：12月8日（日）14：30～16：00

場所：栄区生活支援センター 集会室

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。

みなさん心地よい空間を共有しましょう。

## ☆誕生会☆



日時：12月1日（日）14：30～16：00

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参加できますよ～☆

## ☆ひだまり☆



日時：12月28日（土）10：00～15：00

場所：栄区生活支援センター ホール

内容：午前：チラシで小箱づくり

午後：餅つき・ビンゴ大会

昼食メニュー：けんちん汁（餅入り）

つきたてのお餅販売

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」を開催。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。

## ☆SST講座☆



日時：12月21日（土）15：00～16：30

場所：本郷地区センター

講師：高橋 友美さん

テーマ：「口論せずに相手の意見に同意しないでおく」

人とのコミュニケーションに困っている方いませんか？

ストレスのかからない日々を送りましょう。

## ☆グループカウンセリング☆



日時：12月22日（日）14：30～16：00

場所：栄区生活支援センター 集会室

カウンセラー：藤木 由理さん

カウンセラーの藤木さんと共に様々なテーマについて話し合いをします。自分の思いがけない意外な一面が垣間見えるかも？



## ☆昼カラ☆

日時：12月14日（土）

15：00～17：00

場所：栄区生活支援センター ホール

みんなで歌ってストレス発散！