

4月7日おしゃべり会

☆意見箱☆

➡ありませんでした。

☆きらきらからのお知らせ☆

- ・電話相談のルールが変わりました。問い合わせの電話でも1回のカウントとなります。
 - ・職員体制について、徳永職員が非常勤勤務になり、月曜日、木曜日、金曜日の勤務になります。須川職員は日曜日、木曜日がお休みになります。
 - ・さざなみ会の例会が4月12日にあります。散策の場所などを決めます。場所は決まり次第チラシなどでお知らせします。
- また、6月の夕食会の希望や4月と5月の散策の希望などお伺いしご意見を多数頂きました♪

『北区「精神障害にも対応した地域包括ケアシステム」構築推進のための協議の場 知ろう！学ぼう！ピアサポート活動について』が3月7日に開催されました☆
「病気を持っているからこそ出来ることがあることを知れて、病気になったことも前向きに捉えるきっかけになりました。」
とのご感想を参加された方から頂きました😊

令和4年度（2022）事業報告

1. 相談事業（延べ人数）

登録者数 425名

電話	9920件
面接	523件
ピアカン	11件

男性251名

女性174名



2. 生活支援

オープンスペース利用者（延べ人数） 2559名

個別支援（訪問、同行、洗濯、関係機関とのカンファレンスなど） 435件

プログラム活動

	回数	延べ人数
散策	10	40
学習会（SST）	12	28
夕食会	10	51
昼食会	0	0
おしゃべり会	11	33
女性おしゃべり会	12	9
暮らしと健康	11	28
クリスマスケーキを食べる会	1	27
餅つき	1	10
カラオケ	0	0
かき氷会	1	3

	回数	延べ人数
ダーツ	11	22
絵手紙	5	14
きらきらハンズ	11	16
笑いヨガ	12	38
家族サロン	11	13
地域交流バザー	0	0
北精連関係（施設対抗歌合戦）	0	0

	回数	延べ人数
ピア活動	11	11

	回数	延べ人数
防災訓練	0	0
バザー・作品展 ボランティア	0	0
古切手整理	20	70



支援センターきらきら ニュースレター5月号

3月の状況
登録者数...425名
相談件数...919件
オープンスペース
利用者数
延べ...208名

さわやかな風が吹き渡る季節になり、新緑が鮮やかで過ごしやすくなりましたね。

登録更新手続きを行っています。5月お誕生日の方、更新がまだの方は、お気軽にスタッフにお声かけください。

面接相談は要予約制です。ご希望の方は、お気軽にご連絡または職員にお声かけください。

きらきらは当面の間、以下の通り運営します。

【オープンスペース】※二部制です

○月曜日～金曜日は10時～12時30分、14時～17時
○土曜日は10時～12時30分、14時～16時

誰もが安心して利用できるよ協力をお願いいたしますように。

【プログラム】予定表（カレンダー）をご確認ください。

予定表はインターネットからもご覧いただけます。<http://www.npo-asukakai.com>

【感染症予防対策について】

- ①手洗い・消毒
- ②検温（熱のある場合は利用を見合わせていただくことがあります）
- ③マスク着用
- ④食事はご遠慮ください



「地域支援」

私達、精神障害者は当然地域で暮らしていて、でも地域での支援体制が全くないと感じます。「良くなりましたよ」と退院して、こんな状況で良いのでしょうか。それで具合が悪くなって「入院です」では納得出来ません。そんな皆さんの本当の心の声を言えるのがピアカンです。皆さんと同じ体験をしたピアカウンセラーが、あなたの目線に対応します。

きらきらピアカウンセラー 宮澤 秀一

ピアカウンセリングは、毎週第3土曜日15:00より

3月の散策はお花見に行ってきました♪
「雨だったけど楽しかった。」「資源カフェに行けて楽しかった」等、ご感想を頂きました(^_^♪



【5月散策 映画鑑賞】

日程:5月23日(火)
集合・出発:10:00
行き先:池袋の映画館
交通費(片道):
¥167(IC) ¥170(現金)
※雨天決行

支援センターきらきら5月の予定表

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	ボランティア 14:00～ 15:00	13時閉所 電話相談 は13時ま です。	憲法記念日 (閉所)	みどりの日 (閉所)	こどもの日 (閉所)	障害者福祉 センター 休館日 (閉所)
7	8	9	10	11	12	13
閉所		13時閉所 電話相談 は13時ま です。	←戸田中央看護実習生→ 2名		女性 おしゃべり 会 14:00～ 15:30	
14	15	16	17	18	19	20
閉所	ボランティア 14:00～ 15:00	きらピア 14:00～ 15:00	学習会 14:00～ 15:30	13時閉所 電話相談 は13時ま です。	戸田中央 看護実習生 2名	笑いヨガ 11:00～ 12:00 ダーツ 14:00～ 15:00 ピアカン 15:00～ 16:00～
<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block;"> 午後のオープンスペースは学習 会参加者のみです。 </div>						
21	22	23	24	25	26	27
閉所	戸田中央 看護実習生 2名	散策 10:00 家族サロン 13:30～ 15:00 電話相談、 オープンス ペースは15 時から閉所 となります。	暮らしと健 康 14:00～ 15:00	13時閉所 電話相談 は13時ま です。	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block;"> 午前中のオープンスペースは 笑いヨガ参加者のみです。 </div>	
28	29	30	31			
閉所			<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block;"> ※来所による相談は予約制です。 先ずはお電話下さい。 </div>			

北区障害者地域活動支援室 支援センターきらきら

〒114-0032 北区中十条1-2-18 障害者福祉センター2階 TEL 03-3905-7201～2

開所: 月曜日～金曜日 10時～18時(オープンスペースは17時まで)

土曜日 10時～17時(オープンスペースは16時まで)

休館日: 日・祭日、年末年始

♪プログラム♪

※学習会、笑いヨガ、夕食会の時間のオープンスペース利用は、プログラム参加者のみとなります。

※参加する場合は、全て前日までにお申し込みください。

※下記につきましては、状況により変更する必要があることをあらかじめご了承ください。

プログラム	曜日・時間	参加人数・備考	参加費
ボランティア活動	第1・第3月曜日 14:00~15:00	古切手整理をします。	なし
きらきらハンズ	第1水曜日 14:00~15:00	手芸・ぬり絵・折り紙など、初めての方でもお気軽にご参加ください。 ※今月はお休みです。	なし
夕食会	第1木曜日 16:00~18:15頃	参加人数は10名までとなります。 ※今月はお休みです。	400円
おしゃべり会	第1金曜日 14:00~15:00	日ごろ感じていることをお話しませんか。 ※今月はお休みです。	なし
絵手紙	奇数月の第2木曜日 14:00~15:30	北区ホームページの障害者作品展に絵手紙の作品が掲載されています♪	300円
女性おしゃべり会	第2金曜日 14:00~15:30	お菓子をみんなで作り、お茶を飲みながらのんびりお話しませんか。 今月はどら焼きを作ります♪ ※今年度より感染症予防対策を行いながらお菓子作りを再開します。予約の申し込みは前日までとなります。定員6名です。	200円
きらピア	第3火曜日 14:00~15:00	ピア活動 経験や体験等を話したり、当事者同士だからこそ分かり合え、話せる時間を目指しています。 ※利用者の方のプログラムです。	なし
学習会	第3水曜日 14:00~15:30	※途中参加はできません。(対人関係の持ち方)	なし
笑いヨガ	第3土曜日 11:00~12:00	体力がない方でも笑いたい方なら、どなたでも参加できます。	なし
ダーツクラブ	第3土曜日 14:00~15:00	ハードダーツは本来、紳士淑女のマナーのスポーツで、その品の良さが私は大好きです。	なし
ピアカウンセリング	第3土曜日	①15:00~②16:00~ 定員各1名	なし
散策	第4火曜日 10:00~	池袋の映画館へ行きます。	随時告知します。
家族サロン	第4火曜日 13:30~15:00	※障害のある方のご家族が対象になります。	なし
暮らしと健康	第4水曜日 14:00~15:00	健康で楽しく元気に暮らすために、みんなで考えて話します。	なし