

11 月度運営ミーティング

- ★12 月予定の確認
クリスマスツリーの飾りつけ：12/2(土)14:00
SST：12/8(金) 14:00
クリスマス会合唱の準備(曲決め・歌詞カード作り等)：12/9(土)14:00
音楽会：12/12(火)14:00
地域交流室の本棚整理：12/15(金)14:00
お散歩：12/19 ※地域交流会のチラシ配布を兼ねて行います
クリスマス会準備(買い出し)：12/22(金)14:00
クリスマス会：12/23(土)14:00
地域交流イベントの話し合い④：12/26(火)14:00
大掃除：12/27(火)15:00 (フリースペースの利用は 15:00 まで) ※年内最後の開所日です。
※お茶会：12 月はなし。
- ★職員よりお知らせ
①センターの年末年始のお休み 12/29(金)～1/3(水)
②実習生さんについて
病気のため一時実習を中断されていましたが、11/21 より再開。実習期間：11/21(火)～11/25(土)
③寄付いただいた本や DVD のなかから、本棚に置いてほしい物を皆さまにピックアップしていただきました。本棚を整理し、ピックアップされたものを入れます。12/15(金)14:00～15:00 当日ご協力いただける方にはお手伝いをお願いします。
- ★地域交流イベントについて
(内容)
・打楽器コンサート
・クイズラリー
・(子ども向け)間違い探し等のゲーム
今後の話し合いでクイズやゲームの内容を考えたり、コンサート以外の催しについて考えていきます。次回の話し合いは 12/26(火)14:00 予定。
- ★クリスマス会について
11/17 に「クリスマス会をどうする会」を開催、今年は久々に実施することが決まりました。「感染症のリスクもあるので、食事は提供せず飲み物だけにしたほうがいい」「ビンゴゲーム・イントロクイズ」「トーンチャイムの演奏・クリスマスソングの合唱」等のご意見がありました。
(運営ミーティングで話し合って決めたこと)
・内容はビンゴゲーム(景品はお菓子)・クリスマスソングの合唱
・申し込みは 12/21 日締め切り。申し込み時に会費(一人 200 円)をいただく。会費は全額景品の費用にあてる。
・当日の飛び入り参加もできるが、景品の数が決まっているので、当日申込みの場合、会費はもらわず、景品はなし。
・12/9(土)に合唱する歌を決め、歌詞カードを作ります。12/22 日に準備。ドン・キホーテに買い出しに行く予定。
・飲み物はセンターでお茶をお出しします。お茶菓子や食事はなしで、食べたい人はビンゴで当たったお菓子を食べる。
- ★ご意見箱
3 通のご意見が入っていました。
①以前ソファに寝ていたことを職員から注意されたことがある。コロナ前の出来事なので、感染症のリスクで注意されたわけではない。
②休養室の布団の使用について。厚労省のガイドラインや区のコロナ窓口の情報によると、布類の感染リスクは高くない。プラスチック等硬いもののほうが感染リスクが高い。こうじゃでは布団やカーペットの使用を制限していない。楽な姿勢をとれる布団や座布団があったほうがいい。
→(職員より)ソファに横になってはいけないという説明はしていないが、利用者の皆さんの意見を聞かせていただきたい。
→布団ではなく畳だからといって感染リスクが減るわけではない。体調が悪いときや体が痛いとき、畳では寝づらいし、布団がないと、ソファで横にならざるを得ない。布団の設置と一緒に検討したほうがいいのでは。
⇒ソファは共有のもので基本的には座るところなので、横になりたい人や寝たい人は休養室で休みましょう。布団は干してカバーを洗濯したうえで、休養室に戻します。
③ペットボトルの捨て方について。キャップとラベルを外して捨てるのが常識ではないか。
⇒時間がなくなったため、③については次回話し合います。

ふれあいファーム

11 月の活動は 2 名の利用者、ボランティア 1 名の方と一緒に、花壇と野菜を植えるスペースの雑草抜きをしました。寒い時期ということもあって雑草の成長も遅く、少ない人数でも比較的早く終わることができました。野菜については来春以降に植えたいと考えています。こんな野菜を植えたいという希望があればぜひ教えて下さい。これからの活動は寒さが厳しくなってくるので、防寒対策をしっかりとって参加して頂ければと思います。

次回活動日：12 月 21 日 (木) 14:00～15:30



かまた生活支援センター

発行：社会福祉法人プシケおた

かまた生活支援センター

大田区西蒲田 4-4-1

おたより 2023 年 12 月号

相談用TEL：5 7 4 7-1 6 5 7

事務用TEL：5 7 0 0-6 7 6 1

大掃除のお知らせ

2023 年最後の開所日である 12 月 28 日 (木) はセンターの大掃除をします。センターを綺麗にして、新しい年を迎えましょう。

参加途中で退出も可能です。



※大掃除をするため、12 月 28 日 (木) のフリースペース利用・電話相談は 15:00 までとなります。

年末年始のお知らせ

年末年始の閉所日は

12 月 29 日 (金) から 1 月 3 日 (水) までとなります。

お間違えの無いよう、よろしくお願い致します。



今年は、久し振りに、クリスマス会を行うことになりました。

日時：12/23(土) 14：00～15：00

場所：かまた生活支援センター フリースペース (食堂)

参加費：200 円

申し込み締切：12/21 (木)

当日は、ケーキ無しですが、ビンゴで (全員) お菓子を獲得出来ます♪景品はお菓子中心です。ビンゴゲーム大会の後には、皆でクリスマスソングの合唱をして、クリスマスを楽しみましょう。飲み物を飲みながら、景品のお菓子を食べてね♪ただ、当日お菓子が無くても参加したい方の参加も受け付けます。

景品の買い出し：12/22(金) 14：00～ 是非、ご参加下さい。



音楽会のお知らせ

12 月の音楽会のテーマは年の瀬に合わせて「メモリアルソングメドレー」になりました。

数々の名曲を生み出したアーティストの代表曲を中心に、その曲やアーティストに浸る時間を

一緒に楽しみませんか？ぜひご参加ください。



大田区ピアサポート講座に参加しました

大田区立障がい者総合サポートセンター主催の大田区ピアサポート講座に参加しました。

かまた生活支援センターの利用者で参加された方から「ピアサポート講座でグループワークの発表があって、自分も発表できるか不安だったけど、参加者の温かい雰囲気のおかげで言えました。」や「また同じようなピアサポート研修があったら参加したい。」と感想を伺いました。

今後もピアサポートに関わる情報をかまた生活支援センターで発信していければと思います。





2023年12月の予定表



月	火	水	木	金	土	日
	11:00～ 17:30	お休み	11:00～ 17:30	*5月より開 館してます* 11:00～ 17:30	13:00～ 19:30	お休み
	11:00～の 開館となっ ています	11:00～の 開館となっ ています	11:00～の 開館となっ ています	1	2 クリスマス ツリー飾り付け 14:00～15:00	3 お休み
4 お休み	5	6 スタッフ会議 のためお休み	7 室内ストレッチ 14:00～15:00 	8 SST 14:00～15:30 	9 クリスマス会の 曲決め歌謡カー ド作り 14:00～15:00	10 お休み
11 お休み	12 音楽会 14:00～15:00 	13 スタッフ会議 のためお休み	14 ウォーキング 14:00～15:30 	15 交流室の本棚 整理 14:00～15:00 	16 運営 ミーティング 15:00～16:30 就労グループ ミーティング 17:30～19:00	17 お休み
18 お休み	19 お散歩・ チラシ配り 14:00～15:30 	20 スタッフ会議 のためお休み	21 ふれあい ファーム活動日 14:00～15:30 クリスマス会予約 締切日	22 クリスマス会 買い出し 14:00～15:00 	23 クリスマス会 14:00～15:00 	24 お休み
25 お休み	26 地域交流イベント 準備・話し合い⑭ 14:00～15:00 法律相談 (予約制) 17:30～19:00 (担当:宮崎) 予約締切 12/21(水)	27 予約相談日 メンズタイム 13:00～15:00 レディース タイム 15:30～17:30	28 大掃除 15:00～ ※15:00以降はフ リースペース 電話相談利用で きません。 	29 年末年始休業 12/29～1/3	30	31
1/1 	2	3	4	5	6	7

11月から
土曜は
19:30ま
での開館と
なっていま
す。

運営ミーティング・・・センターはみんなの場所です。来月の予定などみんなで考えていきませんか？
たくさんの方のご参加をお待ちしています。

お茶会・交流会・・・その場で集まったメンバーでおしゃべりする時間です。他の人の話を聞くだけでも
OKです。

ふれあいファーム・・・センター前花壇で、花や野菜を植えて育てています。野菜がうまく育つと調理
会を行ったりもします。

就労グループミーティング・・・「おおたワーククラブ」【登録制】 消費者生活センター第2集会室で行
います。くわしくは職員まで。

ウォーキング・・・健康増進のために、通常より速い速度で歩きます。

お散歩・・・最長、片道30分の道のりを、のんびり歩いて楽しめます。

ストレッチ・・・椅子に座りながらできるストレッチをします。体に無理のない範囲での参加や見学も OK
です。

SST・・・認知行動療法の一つでソーシャル・スキル・トレーニングの頭文字を取っています。
ロールプレイを通してコミュニケーションの練習をします。

音楽会・ミーティング・・・奇数月は来月の音楽会がどんな形で行うのがよいかを話し合います。

音楽会・・・偶数月に音楽会を行います。聴くだけの参加も OK です。

～ 専門相談 ～【予約制】

■ 法律相談 …法律に関するご相談をお受けします。弁護士が担当します。

*法律相談の予約の締切日は相談日の前の週の木曜日（お休みの場合はそのさらに前日）と

なります。予約のない場合は弁護士の来所はありません。ご協力お願いいたします。

※気象や災害等によって大田区に警報が発令した時点で閉所となります。予めご了承ください。