



社会福祉法人 にいざ

# にいざ生活支援センター 予定表



新座市野火止 2-7-12 Tel/Fax 048-480-5153

E-mail: peerniza@lapis.plala.or.jp

メールは拝見するのが遅れることもあります。

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
日	月	火	水	木	金	土
1 元日	2 振替休日  お知らせ 12/29 (木) ~ 1/3 (火) まで センターはお休みです。	3	4 散歩会 初詣に行こう! 11:00~12:00 茶話会 14:00~15:00	5 支援センター ミーティング 11:00~12:00	6 書き初めを しよう! 11:00~12:00	7
8	9 成人の日	10 コミュニケーション について語りあおう (メンバー自主企画) 14:00~15:00	11 SST 11:00~12:00	12 アロマでルームスプ レーを作ろう! (メンバー自主企画) 11:00~12:00	13 インスピレーショ ンゲーム 11:00~12:00 うつ集い (当事者) 14:00~15:30	14
15	16 家族・友人の集い 10:30~11:30 支援センター ミーティング 14:00~15:00	17 なんでも公開 相談会 14:00~15:00	18 絵画 11:00~12:00 そううつ集い (当事者) 14:00~15:30	19 もとむの部屋 第1回 ゲスト 高野通尚さん (メンバー自主企画) 14:00~15:00	20 茶話会 11:00~12:00	21
22	23 パソコンで 遊ぼう! 14:00~14:45	24 インスピレーショ ンゲーム 11:00~12:00	25 安心して過ごせる ために考える会 11:00~12:00 統合失調症の集い (当事者) 14:00~15:30	26 磯村 Dr.の 個別相談会 10:00~11:00 座談会 11:00~11:50	27 SST 11:00~12:00	28
29	30 新聞を読む会 14:00~15:00	31 マイ・フェイバリ ットソング・デー 13:50~15:10	毎日のプログラム ・朝の打ち合わせ (10:15~10:30) ・ラジオ体操 (希望者が朝の打ち合わせ後に行く) ・ストレッチ体操 (13:15~13:45) 【2004.12~】 ・振り返りのミーティング (15:30~15:45)			

# にいざ生活支援センター便り

2023年 1月号

♪にいざ生活支援センターでは、「こころの病」を抱えている方々の地域生活を支援するために、他機関との連携を図りつつ、生活上の様々な不安や悩みについて電話や面談、訪問しての相談・支援を行っています。

ご家族からのご相談も同様に受け付けています(無料)。

～まずは、お電話を～♪ 来所相談は予約されることをお勧めします。

## ◇うつ集い

1/13 (金) 14:00～15:30 当事者の集い

## ◇そううつ(躁極性障害)集い

1/18 (水) 14:00～15:30 当事者の集い

## ◇統合失調症集い

1/25 (水) 14:00～15:30 当事者の集い

## ◇家族・友人集い

1/16 (月) 10:30～11:30 精神疾患をお持ちの方や引きこもりの方の家族・友人が対象です。(当事者の参加も可)

やすらぎの会(精神障がい者家族会)による家族のための家族相談は

しばらくの間お休みします。

ご相談のある方は電話でお受けしています。

鶴飼 (080 - 1053 - 7816)

矢野 (090 - 9243 - 5343)



集いの参加費は無料、事前申込みもいりません。新座市以外の方もお気軽にいらしてください。

## 電話傾聴のお知らせ 平日 18:00～22:00

電話傾聴員による夜間の電話傾聴を行っています。電話番号は070-4136-5388です。誰かに話を聞いてもらいたい時や、困った時に電話してみてください。多くの方のお話しが聴けるよう、時間や回数の配慮をお願いします(1回30分程度)。

### 「最近知って少し驚いたこと」

土用の丑の日に滅多に食べないうなぎを食べました。

香典返しのカタログギフトから選んだ、少し高級品です。

さすが良い物だけあって味もうまく、もっと食べたいと思いました。

これは国産、それも三河産に違いないと思い、産地を調べようと思ったとき、

うなぎは海水魚なのか淡水魚なのかとふと疑問が湧きました。

そこでネットで調べると、何とも興味深い生態であることが分かりました。

日本のうなぎは「降河回遊魚」と呼ばれ、日本から3000km以上離れたグアムとかパラオの近くで産まれて、潮の流れに乗って日本へやってくるそうです。

そして川や湖で過ごして、また産卵のために遠く離れた南の海へ長旅に出るそうです。

川で産まれて海へ出ていく魚はいますが、その逆パターンもあるんですね。

人間からするとなんだか効率の悪い生き方をしているなど感じる一方、命をつなぐ為に、はるか数千キロを旅するなんてロマンがあるなあ、とも思えます。また、あんなに美味しいのに同時にえらいなあとも感じ、うなぎを見る目が少し変わりました。(三橋)



## にいざ生活支援センター

埼玉県新座市野火止 2-7-12 TEL/fax 048-480-5153

Email: [peerniza@lapis.plala.or.jp](mailto:peerniza@lapis.plala.or.jp) ホームページ URL: <http://www.shafukuniiza.or.jp/>

Eメールは拝見するのが遅れることもあります。急用はお電話でお願いします。(ただし、来客中やプログラム等で電話に出られない場合もあります。うお手数ですが、時間をおいて再度かけなおしてください。)