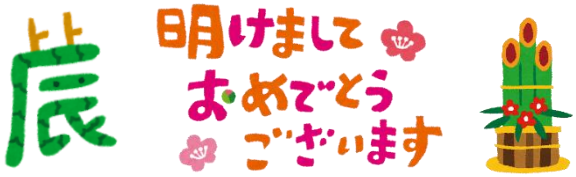
# こもれび

八千代地域生活支援センターたより
NO.211 2024.1

社会福祉法人　栄寿会
八千代地域生活支援センター
〒276-0045
八千代市大和田 322-18
Tel 047-481-3555　Fax 047-485-3553



## 2023 年はどのような 1 年でしたか？

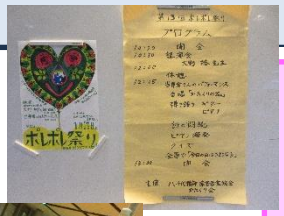
2023 年はどのような年でしたか？センターでは、施設長の交代や、所外活動が増えました。コロナ対策は引き続き皆さんにご協力いただき、ありがとうございました。

コロナが５類に引き下げられ、世間もピリピリした感じが少し抜けた様な感じもしますね。このまま落ち着いていくと良いな、と思っています。

センターを利用されている皆さんにも今年を振り返って頂きました。新しいことにチャレンジし始めた方や現状維持の方、体調がすぐれない１年だった方、と様々でした。2024 年も皆さんにとってより良い１年になる事を願っております。

### Q1.今年はどんな年でしたか？

- とにかく夏が暑くて、疲れやすくなったなぁと感じまた。だらしない生活を送っていたなぁと思います。
- 大変な年でした。病気で体がしんどかった。
- 新しい分野の仕事を始めて半年しか続かず、挫折した。その間少しずつこの先の事を考えてきた。最後の月になり、結果として無理ない再就職等が決まり、頑張りたいと思えてきました。
- スマホが壊れて買い替えた。
- 母の介護、お金の事、兄弟の事、転職の事と色々あり、忙しい１年でした。
- ５月にグループホームに入り、作業所にも通うことになりました。
- あっという間の１年でした。メンタルピアまつりで、所属しているグループの活動報告が出来て、初めて大勢の人の前で話し、緊張の中、達成感もありました。後半センターへ一週間に２回ずつ通えてよかったです。



### Q2.来年はどんな年にしたいですか？

- 何かと忙しい１年になりそうです。
- 来年もセンターへ週２回通えることを目標とし、ピアの勉強もしていきたいと思います。また、毎日 3000 歩以上歩くのを目標とし、なるべく活動的に動きたいと思います。
- メリハリのある生活が出来るようになりたい。むずかしい柄のセーターを編めるようになりたい。
- 来年は健康な１年にしたいです。
- 出来るだけ継続させたい。無理でも、少したえてから考える。余裕が出てきたら、好きな事を１つしてみたい。
- シンガーソングライターになる。具体的に動く。
- お金の無駄をなくし、職に就いたので、安定して就労できる様、心がけていきたい。母を大切にしたい。

# 食事会の会費、値上げします。

以前、利用者懇談会にて議題に挙げた『食事会の会費』についてです。今まで値上げをせずに何とか知恵を出し合っていましたが、物価高騰などの影響で、値上げせざるを得なくなりました。

『清掃と食事会』は 200 円から 300 円に、『グループで食事会』は 300 円から 400 円に、『おやつ研究部』・『パン作り教室』は、これまでと変わらず参加者全員でシェアとします。値上げは、**令和６年４月より適用**しますので、宜しくお願い致します。

また、食事会のメニューによっては、これまでの食事会同様に、参加者全員で話し合い、全員が納得の上同意が得られれば、会費を変更することについては可能です。

変更に伴い、利用者の皆さんにはご迷惑をお掛け致しますが、宜しくお願い致します。

## ポレポレ祭り

令和６年１月 27 日（土）13 時より、東南公民館５階にて、かたくり会主催の『ポレポレ祭り』が開催されます。

今回は、会員の斉唱、精神科医でラッパーの Dr.マキダシさんによる「ヒップホップ（ラップ）セラピーについてのお話とラップ演奏」、当事者さんの楽器演奏とクイズといった内容となっています。

参加されたい方は、１月 22 日（月）までに、センターの貼り出し表または、電話にて申し込んでください。

また、**センターではおやつ研究部のプログラムが予定されていますので、どちらか片方のみの参加**となりますので、ご注意ください。

日時　令和６年１月 27 日（土）13:00～15:30
集合　12:40 八千代台駅改札前
締切　１月 22 日（月）まで

## KCC 通信　ボッチャで交流

11 月 13 日（月）に、『ごぶごぶ』『ぽぽ』の皆さんと一緒にボッチャ大会を開催しました。初めての試みでしたが、楽しんでいただけたようでした。

初めて会う人とチームを組んで行ったので、最初は皆さん緊張気味でしたが、だんだんと慣れてきたのか、徐々にチームの応援にも熱が入っていきました。

鎌ケ谷市の他事業所と何かを一緒にする事は初めてでしたので、不手際も多かったと思います。皆さんが『来年もやりたい！』『楽しかった！』との声が上がって、ホッとしました。

来年度も一緒にできることを企画したいと思います。皆さんの交流が少しずつ進んでいくと良いな～と思っていますので、お楽しみに♪

## 第 188 回　利用者懇談会

Ⅰ　意　見　箱（利用者の声）⇒パン作りの日を水曜・木曜にしてほしい。
→職員の配置等で、別日への移動が難しいです。予定を調整して頂けると有難いです。

Ⅱ　センターより
令和６年４月 27 日（土）に開催される「心のふれあいフェスティバル」につきまして、例年バザーの出展をしていましたが、今回は出展しないことになりました。なお、「心のふれあいフェスティバル」については所外活動で参加します。時期が近付きましたら、お知らせします。

Ⅲ　１月の予定

1）1/ 4(木) 初詣とお雑煮の会　10:00～　会費 300 円　申込 12/29 まで
15 時閉館
2）1/ 6(土) 清掃と七草がゆの会　10:00～　会費 200 円　申込５日まで
3）1/13(土) 清掃とほうとうの会　10:00～　会費 200 円　申込 11 日まで
利用者懇談会もあります
4）1/15(月) パン作り教室　10:00～　メニューはメロンパン　材料費はシェア　申込 13 日まで
5）1/18(木) 清掃とポトフの会　10:00～　会費　200 円　申込 15 日まで
6）1/25(木) 清掃とビーフシチューの会　10:00～　会費 200 円　申込 22 日まで
7）1/27(土) おやつ研究部　13:00～　メニューは未定（12/23 以降決定）　材料費はシェア
8）1/27(土) ポレポレ祭り　13:00～　集合 12:40　八千代台駅改札前　申込 22 日まで
**どちらか片方のみの参加となります。ご注意ください。**
9）2/ 1 (木) 清掃と回鍋肉の会　10:00～　会費 200 円　申込 1/29 まで