

2月のスケジュール

※★マークは事前申し込みが必要です。詳しくはスタッフまで

日	月	火	水	木	金	土
開所時間	10:00~ 19:30	10:00~ 19:30	12:00~ 19:00	10:00~ 19:30	10:00~ 19:30	10:00~ 19:00

閉所時間が17時に変更しています！
感染状況によって予告なく変更する
場合があります。

プログラムは感染状況によって
変更する場合があります。

1	2	3	4	5	Zoomお茶会 14:00~
6	7	8	9	10	11
お休み				Zoomランチ会 12:10~	お休み (建国記念 の日)
13	14	15	16	17	18
お休み	Zoomランチ会 12:10~				
20	21	22	23	24	25
お休み			お休み (天皇誕生日)	Zoomランチ会 12:10~	
27	28				
お休み					

講座中は電話での相談はご
遠慮ください。(14:45-
17:00)
オープンスペースの利用は
できます！よろしく願い
いたします。

お知らせ

ハーモニーでは引き続き以下の内容でご利用いただいております。
現状の対応について、ご理解・ご協力いただき、ありがとうございます。

1/17より 開所時間 月、火、木、金、土 10時~17時 水 12時~17時

- 検温・・・脇に挟むタイプの体温計で実施させていただきます。
 - 消毒・・・**ご自分が使用した椅子やテーブルの消毒にご協力をお願い致します。**
 - マスク着用必須
 - 利用時間の制限あり・・・**1人1日1回1時間まで**となります。感染状況によって予告なく変更する場合がございます。
 - プログラム活動・・・**感染状況を見ながら都度ご案内いたします。**
 - オープンスペースの座席制限・・・オープンスペースの利用人数が多い場合には長く滞在している方にお声がけをするなどして、感染対策へのご協力いただく場合がございます。
 - ハーモニー内での調理不可（飲食をする場合は黙食のご協力よろしくお願い致します。）
- 今後の状況によっては対応が急遽変更になる場合がございますので、予めご了承ください。
ご不明な点がございましたら、お気軽にお電話にてお問い合わせくださいますようお願い致します。

ハーモニーを初めてご利用される際には精神障害者保健福祉手帳(ない場合は自立支援医療受給者証や診察券)のご提示をいただきます。

2022年2月号

ハーモニー ニュース Harmony News

支援センターハーモニーは、困ったときに相談できる場としておしゃべりしたり、のんびりお茶を飲んだりできる、「やすらぎの場」として日々の暮らしが豊かに広がっていけるように利用者の方々と一緒に考えながら活動しています。

地域活動支援センター♪ハーモニー

☎188-0011 西東京市田無町4-17-14
西東京市障害者総合支援センターフレンドリー2F
TEL 042-452-2773 FAX 042-452-2774
(URL)<https://www.yamada-hosp.or.jp/harmony>

TOPICS

感染拡大に伴い利用に関する変更

再び感染者数が増え、まん延防止等重点措置が発動された影響からハーモニーの利用時間などを変更しました。
《変更した点》

- 開所時間 **月、火、木、金、土：10時~17時 水：12時~17時** 電話相談も同様です。
 - 利用時間 **1日1回1時間**
 - フレンドリーの入口 ハーモニーへ来られる方は大きな自動ドアではなく、少し奥の灰色のドア（守衛室の前を通る）をご利用ください。
- オミクロン株流行に伴い感染者が増えています！！
引き続きマスクの着用、手洗いうがい、ソーシャルディスタンスなどの感染対策を徹底して行いましょう
使用したテーブルや椅子の消毒のご協力をよろしくお願いします！

TOPICS

～開催報告～ R4.1.8 新年会

コロナウイルスの影響で昨年開催できなかった新年会ですが、今年は11名の方が参加してくださり開催することが出来ました！人数制限や感染対策を行いながら、参加された皆さんと新年を味わいました(*^^*) レクリエーションでは福笑いをチーム戦で実施しました！変な顔になったりと皆さんで笑い合って福を呼び寄せられたと思います(o^o)

新年会では皆さんで今年の抱負を絵馬に書いていただきました！
絵馬を飾るハーモニー神社や絵馬はメンバーさんが一緒に作っていただきました！
お手伝いしてくださり本当にありがとうございました(*´ω`)
オープンスペースにハーモニー神社を飾ってありますのでぜひご覧ください♪
絵馬はハーモニー神社の模造紙近くに置いてありますので今年の抱負を書いてみてください♪
新年会の片付けを手伝ってくださった方々、ハーモニー神社作成を手伝ってくださった方々
ご協力ありがとうございました！



TOPICS

～お知らせ～ ハーモニー講座 (Zoom)

**ひきこもりで悩む方もご家族も安心して暮らせる街へ
～8050問題を一緒に考える～
超高齢化社会となる中で、地域で出来ることは何か一緒に考えましょう！**

講師：なでしこメンタルクリニック 院長 白石弘巳先生
日時：2月26日(土) 15時~17時 (Zoom入室14時45分~)
申し込み：事前申し込み・参加無料
感染拡大の影響によりオンライン (Zoom) のみの開催となります。
★以下の必要事項をanshinshitekuraserumati@gmail.comへメールにてお申し込みください。
〈必要事項〉お名前・ご住所・電話番号・所属(当事者・家族・支援者等)
※メールアドレスはこの講座のみ使用するものです。
〈お問い合わせ〉ハーモニー 担当：熊澤・桐島・加藤



プログラム報告 & お知らせ

登録更新



2022年1月より登録更新が始まっています。1月はア～カ行の方の更新が行われました。電話での登録更新を行った方は登録更新完了のお知らせが届きましたら、内容物のご確認をお願いいたします。

2月よりサ～ナ行の方が登録更新対象です

【更新手続きの流れ】お知らせ到着⇒ハーモニーへお問い合わせ（来所の場合も電話の場合も予約をしていただきます。感染者数が増えているため電話での予約をお勧めしています）⇒来所面談または電話での更新実施 ★来所の方は通院証明となるものをお持ちください。

※感染状況によって予定通りにご案内できない場合がございます。



編集委員会

毎週水曜 15時半～



今回の編集委員会は時代の流れに沿ったテーマを記事にしています！人数も増え役割分担がされ和やかな雰囲気で行われました！感染者数が増えハーモニーの利用時間が短くなった影響で編集委員会の活動時間も短くなってしまいましたが来月も活動できますように・・・！

退院支援プログラム



山田病院に入院している方々に対してハーモニーの紹介をさせていただく会がありました！感染対策のためリモートで行われ、ハーモニーのメンバーの1名の方も一緒にハーモニーの紹介を行ってくださりました！地域での居場所、日中活動先、相談先としてハーモニーがどのように活用されているかをお伝えさせていただきました。ご協力して下さったメンバーさんありがとうございました☆

オープンスペース



ぬり絵大会です！きれいなぬり絵がたくさん飾ってあります♪

ハーモニー神社です！良い一年になりますように☆彡



投稿作品
～ペンネーム
かせのなまえさんの作品～

咲水かそ駐殺 殺
い仙たこ車風 風景
てがまだ場景
いっけにな
るて

Zoom



1月はランチ会とお茶会を1回ずつ行いました！参加して下さる方が増えてきて盛り上がってきました♪新しいウイルス株が次々と出てきていてなかなか感染が収まる気配がありません…そのような中での交流方法としてぜひZoomで皆さんとつながれたらなと思っています！

難しそうだし、オンラインってちょっとハードル高い、という方もぜひご参加お待ちしております(*^-^*)

現在ハーモニーでの利用に関するアンケートを行っています。過去3ヶ月間に電話のみでの相談をされた方に対してはアンケートを郵送させていただきます。来所された方は来所された際にアンケートにご協力していただけると幸いです！

今年もかわいいイチゴが実りました(*´ω`)

ベランダ



いのちのTEL

一人で悩まず、相談できる窓口があります。

☆社会福祉法人 いのちの電話
[利用時間]365日 24時間
東京いのちの電話 03-3264-4343
東京多摩いのちの電話 042-327-4343

☆東京都いのちとこころのほっとナビ
電話で相談 0570-087478
[利用時間]365日 12時～翌朝5時半
LINEで相談
相談ほっとLINE@東京を友達追加
[利用時間]365日 15時～22時半

各ホームページ参照

2022年2月号特集「電子マネー・キャッシュレスについて」

2月号特集は、電子マネーについて、いろいろ調べてみました。時代に取り残されないためにも、電子マネーについて、詳しくなりましょう。

電子マネーとは

電子マネーとは一般に、利用する前にチャージを行うプリペイド方式の電子的な決済手段を指します。利用者は、電子的なデータのやり取りを通じて、現金（貨幣や紙幣）と同じように、物を買ったりサービスを受けたりすることが出来ます。

電子マネーにはどのようなものがある？

電子マネーを発行しているのはJR（Suicaなど）、セブン&ホールディングス（nanaco）イオン（WAON）NTTドコモ（iD）JCB（QuicPay）といった企業です。

電子マネー決済の仕組み

電子マネーを利用する場合、あらかじめアプリやICカードなどを準備し、クレジットカードと紐づけるか、電子マネーを購入してチャージをします。決済代行会社を利用している場合は事業者から送られた決済データが決済代行会社を経由して電子マネー決済機関へ送られます。

電子マネーの種類

- 交通系：電車やバスなどで利用できる Suica やPASMOなど
- 流通系：スーパーやコンビニで利用できる nanaco や楽天Edy
- クレジットカード系：電子マネーとクレカを連携させて利用する QuicPay
- QRコード決済系：スマホとクレカや銀行口座などと連携するだけでなく現金チャージも可 PayPay

電子マネーの支払い方法

- プリペイド型：事前にチャージ
- ポストペイ型：後払い
- デビット型：決済直後に銀行から自動引き落とし

※お金の使い過ぎに注意しましょう

引用文献：https://www.resonabank.co.jp/kojin/visa-debit/column/column-visa-debit-0008.html

編集後記「使ってみたい電子マネーは？」

nanaco 地蔵水/PASMO シュークリーム2コ/PayPay (K)/Suica 竜王/WAON プリジ
ストン/PayPay ヨッシー/

ハーモニーニュースでは利用者の方からの投稿を募集しております。掲載をご希望の方はハーモニーまでご連絡下さい。