

4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~ 18:00	10:00~ 19:30	10:00~ 19:30	10:00~ 18:00

3	4	5	6	7	8	9
お休み		★夕食会 [なすみそ炒め] 16:30~	編集委員 16:00~		みんなでランチ 12:10~	お茶会 14:00~
10	11	12	13	14	15	16
お休み	みんなでランチ 12:10~	★夕食会 [ピーマンの 肉詰め] 16:30~	編集委員 16:00~			お茶会 しゃべり場 14:00~
17	18	19	20	21	22	23
お休み		★夕食会 [たけのこご飯] 16:30~	編集委員 16:00~	★農業体験 11:00~	みんなでランチ 12:10~	お茶会 14:00~ お茶会ライブ 14:40~
24	25	26	27	28	29	30
お休み	リクビ-ョン 10:30~ みんなでランチ 12:10~	★夕食会 [焼肉] 16:30~	編集委員 (折り作業) 16:00~		お休み (昭和の日)	お茶会 14:00~

お知らせ

- 登録更新がまだお済みでない方へ
現在まで平成28年度の登録更新が済んでない方は、**登録が解除**となってしまいます。4月以降も来所及び電話相談を続ける方は、早めの登録更新をお願いします。更新の際は、**印鑑**と**通院証明**をご持参ください。
- お茶会ライブのお知らせ
4月23日(土)、お茶会終了後にハーモニーのメンバーさん、斉藤 勝一さんによるお茶会ライブが行われます。久しぶりのお茶会ライブの開催になりますので、是非、聴きにいらしてください。
- お花見会について
4/2(土)、お花見を開催予定としていますが、参加費として**50円**頂きます。申し込みは不要です。詳しくはOSの掲示物をご覧ください。もしくは職員までお問い合わせください。

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。

2016年4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

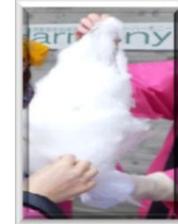
☎188-0011 西東京市田無町4-17-14
西東京市障害者総合支援センターフレンドリー2F
TEL 042-452-2773 FAX 042-452-2774
(URL)http://www.yamada-hosp.or.jp/harmony

TOPICS

フレンドリー春まつりを開催しました

3月5日(土)にフレンドリー春まつりに出店しました。ハーモニーでは、メンバーさん4名にお手伝い頂き、ポップコーンとわたあめを販売しました!!買いに来てくれた子ども達はポップコーンやわたあめのできる様子に興味津々♪楽しんでくれてよかったです。ハーモニーやデイケアのメンバーさんもたくさん来て下さり、お昼の時間には長蛇の列ができるほどの大盛況でした。

わたあめは173本!! ポップコーンは155個
を売り上げました!!ご協力いただいたみなさま、ありがとうございました。



TOPICS

ハーモニー講座を開催しました♪

3月19日(土)フレンドリー三階多目的室にて、ハーモニー講座を開催しました。講師は、東京都発達障害者支援センターTOSCAセンター長山崎順子氏をお迎えし、「大人の発達障害の理解と支援」と題してご講演頂きました。当日は雨の残る天候にも関わらず、大変大勢の方々にお越しいただきました。近年、「発達障害」に関する問題や情報を耳にする事も多く、関心の高い分野なのではないでしょうか。講義では、発達障害に関する基礎知識から、周囲の人々がどのように配慮したり、工夫したら良いかなど、詳しくお話し頂きました。講義後半では、質疑応答も多数寄せられ盛りだくさんの講座となりました。お忙しい中ご講演頂きました、山崎様、ボランティアさんをはじめ、講座開催にご協力いただきました皆様、大変ありがとうございました。この場をお借りして御礼申し上げます。今後も、精神保健福祉領域の普及啓発の為に、ハーモニー講座を開催してまいりますので、どうぞよろしくお願い致します。



TOPICS

職員の異動について

この度、3月末をもって異動することとなりました。ハーモニーに来て三年が経ち、私にとっても“大切な居場所”のハーモニーを離れるのはとても寂しいです。毎回賑やかな夕食会やオープンスペースでのたわいのない会話など...思い返せばみなさんと過ごした思い出がいっぱいです。みなさん、本当にありがとうございました。また、計画相談事業では、たくさんの方々と関係機関の方々に出会い、勉強をさせて頂きました。今後も西東京市を拠点に活動していきますので、どうぞよろしくお願い致します。

星島 由可利

2/26(金)にハーモニー報告会として、ランチ会スペシャルを開催しました！寒い時期にも関わらず、当日は17名という大勢の方が来所!!H27年度に各プログラムがどんな活動してきたのか、皆さんからの感想や活動中の写真を使って報告いたしました。事前準備からお手伝いしてくださった皆さん、大変ありがとうございました♪
当日もたくさんの方にきていただき、嬉しい限りでした。
これからのプログラム活動も皆さんと一緒に盛り上げていきましょう！



プログラム報告

みんなでランチ

月・金 12:10~

3月のみんなでランチはいつもよりも少ない開催となっていました。19名と多くの方が参加してくださいました。春の陽気漂う近頃、お弁当のおいしさも普段とまた違った美味しさがあったのでは？



夕食会

火曜日 16:30~

3月の夕食会は、ちらし寿司、春野菜カレー、肉じゃが、焼き肉でした。今月の夕食会の参加者は39名でした！だんだんと暖かくなってきて、メニューも春らしいものが増えてきましたね♪新しいボランティアさんも加わって、ますます楽しく活動しています。平成28年度もみんなで協力して夕食会を盛り上げていきましょう★



リラクゼーション

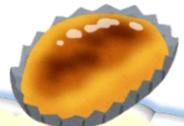
月曜日 10:30~

今年度は少数での開催が多かったかなと思います。現在、ハーモニーには身体を動かすプログラムがリラクゼーションしかないの、運動したいという方は是非参加してみてください。楽しいですよ。また、こんな体操をしてみたいという要望がありましたらご相談ください。みなさんのご参加とご要望をお待ちしています。



第3土曜日 15:00~ お茶会 しゃべり場

3月は、フレンドリー春まつりやハーモニー講座などのイベントが続き、お茶会は2回の開催でした。しゃべり場は、12名が参加してください、皆さんお菓子を食べながら談笑をされていました。暖かくなってきた今日この頃、気が向いたらぜひいらっしゃってください(^^)♪



投稿作品
~かぜのなまえさんの作品~

な 霞 と 空 よ く く 桜
っ み け と 似 もり は
て たい あ 合 似 もり ホ
る に い っ 合 う が ント
に に に う が に

くもり空

桜の時期に

絵画

なると
絵描きに
なりたくなる

嵐

風 雨 舞 桜
の の の の
の よ よ の 花
の よ う に び
ら

まだ三分味の
桜の木

ポカんと
見ていると
知らないうちに

満開の桜を
思い描いて
いました

妄想

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。

4月号特集フレンドリー春まつり

おでん・豚汁(えぼっく)
午後1時までにおでん30食、豚汁50食売上大盛況！
寒い時にあたたかい食べ物心も体もあたたまりました。



災害復興支援(サポートハウス年輪)
東北の物産の食べ物や、そのほか焼きそばやお弁当、お菓子など盛りだくさん、内容でいて、3.11の復興にも力を入れていました。



スリランカの食べ物(ラマーミトゥルの会)
小規模小学校の支援をしていて日本文化の紹介をしています。スリランカと日本の友好を深める会です。カレー味の春巻きを販売をしていました。



利用者みなさんの作った物(くろーばー)
粘土細工の陶芸品を利用者さんが作って販売していました。お祭り用に作った作品です。
社会福祉法人睦月会さんというフレンドリー3、4Fにある障害者施設です。



生鮮野菜の販売(フレンドリー)
生鮮野菜を100~200円の範囲で販売していました。大根、にんじん、ほうれん草、長ネギ、キャベツなど完売でした。



わたあめ、ポップコーン(Harmony♪)
大盛況でお客さんが沢山いらっしゃいました。ピンク、青、白、の三色のわたあめが大人気でした。



カレー屋さん(もぐもぐの森)
懐かしい給食のカレーで西原町の施設さんで作ったものを販売していました。100食の完売でした。

俳句の展示(さとみ句会)
針ヶ谷先生が、沢山お話をしてくださいまして週一度フレンドリーの2Fで会を開いています。

編集後記「花見に行きたい場所」
東大農場 竜王
小金井公園 シュークリーム2コ
秩父の芝桜 地陽水