

投稿
コーナー

プラッツを利用されている皆さまの投稿コーナーです
皆さまの作品をお待ちしています♪

投稿締切は
今月は15日です。

プラッツ通信 6月

2024年5月24日(金) 発行

第284号

日常から離れた時間

5月末、この通信がみなさんのもとに届く頃、プラッツでは4年ぶりのプラッツ旅行へ、小江戸川越へ日帰りでお出かけします。どんな旅になったのか、参加される方の感想を聞くのが楽しみです。興味がありましたらぜひ交流室や電話などで聞いてみてくださいね！

旅といえば、私は学生のころからバックパックでアジアなどを周るのが好きで、今も機会があればいつでも行きたいと思ったりしています。知らない場所、いつもと違う景色、そこに住んでいる人の生活を感じながら自分でもやってみる(ごはんを買ったり道を聞いたり…)といったことがドキドキしながらも楽しく、「あ、私今ここにいるんだ」といつもの日常とは違うその時や空気を感じたりするのが好きです。普段の日常とは違う時間を持って帰って来た後も、楽しかったな～、まだ行けたらいいな～なんて思えるのが日々をやっていく糧になったりもしています。

皆さんはどんなときに“日常から離れる時間”を持ちますか？

新しい場所に出かけてみたり、いつもと違う時間に外を歩いてみたり、好きな音楽を聴いたり、本や雑誌を読んだり、映画を見たり、山に登ったり、美術館に行ったり、スポーツ観戦をしたり、おいしいコーヒーを飲んだりなどなど、きっともついろいろな日常から離れた瞬間を感じられることってありそうです。新鮮な気持ちにさせてくれたり、ほっと一息つかせてくれたりするかもしれませんね。日々の暮らしをコツコツとしていくのと同じくらい、いつもの日常からふと離れてみることで大事な、と感じた考察でした。

これから梅雨や暑い夏がやってきますが、時には気分転換をしながら、体調にお気をつけてお過ごしください。

地域生活支援センタープラッツ 玉木綾子

精神障害者保健福祉手帳や自立支援医療受給者証(精神通院)の更新の時期の管理のため、東京都は事前に登録をしておくこと更新手続き1週間前にLINEやSMSで通知をするサービスを開始しました。

右のQRコードを読み取り、必要事項を入力していくと登録ができます。是非ご利用ください。

LINE用



友達登録はこちらから

SMS用



入力はこちらから

画家

認められない悲しみ
見つめきれない痛み
それが、性格の激しさとして表れて
鋭い矢のような言葉に、なることがあっても、それは大人になりきれない為だと見なされる
その人自身の中では、
透明な心に突き刺さった
残酷な言葉、心無い判断
深刻な傷つき
傷ついていることを、人前では認められない人間で
それを、強さであるかのように語る人
我が子が望んでいないものを、与えて
あなたのために生きてきたのに、
裏切られてきたかのように考えている親達
愛ではないものを、愛だと
そして、愛を知らない人間こそが
満たされる優しさと愛情を求めて
今日も、命を振り絞って絵を描くのである
感動してもらうための、絵ではなく
人の心の内側に入り込み
響き続ける感情が、その人の中に広がるように

～(次号に続く)～

実月



日本人形

海の雫

僕らが主役だ！

我々は、民主国家で生きている。
自由を手に入れる為に選挙権をもっている。
戦争でなく言論の自由、参政権を持ち
弱い者でも高収入のものでも平等。
国民主権として一票を持っている。
たかが一票を持っている。
たかが一票とおもうかもしれないが、暴力(戦争)で、考え方をおしつけようとするのはこの国ではタブーとされる。法治国家である。
たかが一票である為、一人一人で、この国のリーダーは選べないが、平和で自由な国を君でも構築できることを責任上あると思っていた方がよい。
みんな支えあって生きている。

P・N・シーソー



あせらず、ゆるくり、むりませず

社会福祉法人はらからの家福祉会

地域生活支援センタープラッツ

《住所》 国分寺市南町3-4-4

《相談TEL》 042-359-2440

《HP》 <http://harakaranoie.com>

《開館日》 月・火・木・金・土・第1・3日曜日

《休館日》 水・第2・4・5日曜日・祝日

《開館時間》 10時～19時(午後7時)

《来所・電話相談》 10時～19時(午後7時)

地域生活支援センタープラッツ

2024年 【月間予定表】



日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
PC塾			休館日	ゲスト交流会 「お薬講習会」 交流室 17時閉館		
9	10	11	12	13	14	15
休館日		お茶会 PMK	休館日			プラッツ通信 投稿×切日
16	17	18	19	20	21	22
			休館日	プラッツ 食堂		
23	24	25	26	27	28	29
休館日		詰め会	休館日	交流室 17時閉館	ミュージック アワー	
30	6/11(火)に北多摩看護学校より実習生が2名入ります。 よろしくお願いいたします。					
休館日						

職員の一言

初夏を迎え緑も日増しに深くなってきました。
バラ、アジサイ、ハナショウブ、シャクヤクなどのお花も色鮮やかです。
プラッツ敷地内のびわの木にことしも実がなることを楽しみにしています。



《6月のプログラム》

- 〈PC塾（野田先生）〉 **要予約**
◆日程：6月2日(日) ☆1回 30分×5枠
13:20～、14:00～、14:40～、
15:20～、16:00～
- 〈ゲスト交流会〉
◆日程：6月6日(木) 15時～16時半
- 〈お茶会・PMK〉
◆日程：6月11日(火) 14時～15時
- 〈プラッツ食堂〉 **要予約**
◆日程：6月20日(木) 17時～18時半
- 〈詰め会〉「プラッツ通信詰め詰め CLUB」
◆日程：6月25日(火) 14時～15時
- 〈ミュージックアワー〉♪鑑賞のみの参加 OK♪
◆日程：6月28日(金) 16時～17時
◆持ち物：CD、カセット、レコード、スマホ、
MP3プレーヤー等

-プログラムの申込について.....
- ① PC塾：
6月1日(土)12時までにお申込み下さい。
空きがある場合は当日申込みも可能です。
 - ② プラッツ食堂：
6月18日(火)19時までにお申込み下さい。
 - ③ 上記以外：
予約不要です。

《交流室閉館のお知らせ》

下記日程で、交流室の開館時間を変更させていただきます。

- ・6/6(木) 10時～17時(理事会開催のため)
- ・6/27(木) 10時～17時(評議委員会開催のため)

皆さまにはご迷惑をおかけしますが、ご了承ください
ますようお願い致します。

《令和6年度登録更新について》

令和6年度登録メンバーを対象に登録更新を行います。登録用紙と同意書は4月号通信に登録者全員に同封しています。登録用紙は変更がある方のみ、同意書は全員に提出をお願い致します。

何かご意見等ございましたら登録用紙にお書きください。よろしくお願いいたします。

期間：4月1日(月)～6月29日(土)
持ち物：年会費 1,200円
登録用紙(変更ある方のみ)
同意書(両面)

※例年同様、面接は希望者のみ行います。希望される方は、事前予約をお願いします。
※お釣りのないようご準備をお願いします。

令和6年度 第1回ゲスト交流会 ～お薬講習会～

- ◆日時 6月6日(木) 15時～16時半
- ◆場所 プラッツ交流室
- ◆講師 藤田英親先生
(国分寺すすかけ
心療クリニック院長)



事前予約は不要です。
当日直接プラッツ交流室にお越しください。

☆詳細は別紙ちらしをご覧ください!

プラッツ食堂

- ◆日時 6月20日(木) 17時～18時半
- ◆場所 プラッツ交流室
- ◆参加費 ￥300(事前払い)
釣り銭のないようにお願いします。

<メニュー>

麻婆丼(甘口)



申込み切 6月18日(火)19時
※申込多数の場合には、入替制になります。

《新入職員のお知らせ》

5月より、甲田真砂子さんがプラッツに入職しました。
次号のプラッツ通信で紹介させて頂く予定です。よろしくお願いいたします。

ご準備はできていますか？

国分寺市では6月から、プラスチックごみは指定収集袋(オレンジ色・有料)での排出に変更になります。
また、4月よりプラスチックの分類も変更になっています。これまでもやせないごみだったプラマークのないプラスチック製品は、**プラスチックごみ**で出すようになりました。

詳細はごみカレンダーや市のホームページ、5/15号の市報などをご覧ください。(プラッツにも市報を置いています。)