

地域生活支援センター フラッツ

2016年3月(月間予定表)



日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		お茶会 4月パソコン塾 申込み開始日	休館日			Wii カラオケ
6	7	8	9	10	11	12
PC塾 野田先生	フラッツ 食堂	お茶会	休館日		栄養相談	わくわく 体操
13	14	15	16	17	18	19
休館日		お茶会 PMK	休館日	Wii カラオケ フラッツ投稿区切		
20	21	22	23	24	25	26
春分の日 休館日	振替休日 休館日	お茶会 山内st送別会	休館日	お菓講習会 詳細については 後日、お知らせ します。	詰め会 フラッツ 交流室 17:00 閉館	PC塾 二宮先生
27	28	29	30	31		
休館日		お茶会	休館日			

- ・25日(金)は理事会・評議員会のため、交流室は17:00に閉館となります。相談電話の受付時間は、通常通り19:00までです。
- ・今月のプチ韓国語講座はお休みです。
- ・毎週木曜日(Wiiカラオケは除く)はボランティアの井上さんが交流室に滞在されます。

☆今月の保坂さんの一言☆

靴箱の下に入れてありました持ち主不明のスリッパや靴を別の場所に移しました。3月末まで保管させていただきその後処分させていただくことになりますので心当たりの方はお申し出ください。また傘も忘れ物は付箋を付けて玄関に置いてありますのでご確認をお願いします。



～2月16日 PMK 報告～

① 月1回くらい、スポーツをしませんか？

内容について次のような意見が出されました。

- チームで行うスポーツにするか、個人でもできるスポーツにするか。
- チームで行う場合、チーム構成はどうするか。

○その場でできる軽い運動をしては(フリースロー(バスケットボールのシュート)やソフトバレーボールの円陣パス等)。

いつ、どこで、どのように、どんな目的でスポーツを楽しむのか、継続して話し合うことになりました。

② フラッツお花見の日程

お花見の時期を話し合い、3月末から4月初めと決めました。

PMK後に予定を確認、4月5日(火)に行くことになりました。

時間や申込み方法等は、フラッツ通信4月号等でお知らせします。

③ 交流室の利用の仕方

「交流室では政治、宗教、お金の話をしないほうがよい」との意見が出されました。「交流室で政治、宗教、お金が話題になることがある」「人によっていろいろな意見や考え方がある」という意見も出されました。

「政治や宗教に関する意見を押しつけない」「宗教等の勧誘はしない」「お金の貸し借りの話はしない」これらを意識することで、いごちのよい交流室にしていくのではないかと話し合いました。

④ 館内(1階)公衆電話 撤収のお知らせ

館内(1階)に設置されていた公衆電話はNTTの規定により強制撤収となりました。

⑤ 山内 st 退職のお知らせ

この3月に山内 st が退職します。22日(火)14時より送別会を行います、山内 st を囲んで語り合ひましょう。送別会の内容や進め方について、お茶会で話し合いをしていきます。

三月七日
フラッツ食堂
ちらしずし
おすいもの
とりの肉のピカタ
はくさいの浅漬
プリン



喫煙場所に関するお知らせ
他者の私有地での喫煙はご遠慮ください。
フラッツ敷地内で喫煙していただくようお願いいたします。

定例プログラム

◇：登録不要 ◆：登録要
★：登録要・事前予約制

- ◇ お茶会 14:00～15:00
- ◇ フラッツ食堂 17:30～、前日までに申込・400円前払い要。定員18名まで。
- ◇ 詰め会 14:00～、正式名称「フラッツ通信詰めちゃおうぜ会」
- ◇ わくわく体操 14:00～、音楽に合わせて皆で体操。
- ◇ Wiiカラオケ 14:00～16:00 ゲーム機「Wii」を使って皆でカラオケ交流。近隣に迷惑がからないよう声は控えめに。
- ★パソコン塾 (前月最初の火曜10:00より受付) マンツーマンの個別指導。
①13:20～②14:00～③14:40～④15:20～⑤16:00～各30分
- ★栄養相談 16:00～、管理栄養士による個別面接。
- ★年次プログラム 初詣(1月)お花見(4月)花火(8月)クリスマス忘年会(12月)

プラッツ通信

2016年2月25日(木) 発行第188号

3月

投稿コーナー



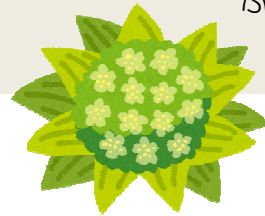
「鴉」—カツエ・キタソノとエドガー・ポオに

あなたが話し上手だから
ぼくには理解できない
ウグイスの唄の意味が分からないように
ぼくの言葉があなたに届くことはない
関心を示すことはない
ただ単調に響くだけだから

ペンネーム 朔

ペンネーム ローズマリー

肋骨を折りて その暇に、古典ギリシア語の
独習をする
ピア・サポートの講座に 出てみては如何と思ふ
重力波の観測が出来、アインシュタインの
宿題が解かれた
辞書と、文法と、原書などあれば、
自分で好きなペースで勉強が出来る
久方ぶりの英会話は、話が弾み、快よく、
いろいろ感銘を受けた
幼き日に先生になりたかったことなど思い出し、
今の自分は、何をしているのだろうと思ひけり



「一つの煙」

夜中に考え事をしていると煙草が吸いたくなる 特に葉巻はね 誰にも邪魔されることなく火を灯すとうっすらと漂う煙はとても気持ちがいい 茶色い長めの一本の葉巻 煙を楽しむだけの夢がある 醸し出される一つの煙は部屋の中を覆う カクテルグラスに注いだ一杯のウォッカ それはちょっとしたオマケみたいなものさ 灰皿から宙を舞う煙は眺めているだけでなんとなく複雑な気分だ 薄暗い灯りの中で立ち上る一筋の煙は白く消えていく 透明なグラスと白い煙 少しだけ大人の遊びみたいなものだ いつからだろうな こんな物を吸うようになったのは 自分だけのたった一つの物語 そして現実を生きているという証 それについてまわる一つの煙 燻らせる煙との遊び 雰囲気を楽しむという心 どうせならライターじゃなくてマッチで火を付けたい 少しオールドな雰囲気を作りたいな 遊び心を持って煙を眺めるのもいいかもしれないな 余裕をもってゆっくりとね

ペンネーム 烈火



ペンネーム 「Little Cony」

雪が降り
あたり 一面銀世界
外のもちの木
雪で重そう
むくどりが
もちの木にきて
青い実を
せつせとつつき
ついでに

冬の朝
ひえびえとして
澄みきった 静けさの中
ストーブの音
冬の朝
静かに澄んで
音もなく
まだ暗い中
窓にあかりが

ペンネーム 白川 千里

ありがとうございました

梅の花も見ごろを迎えようとしています。日の光も明るくなり春の兆しも感じられるようになりました。出会いと別れの季節が近づいていますね。

私事ではありますが、3月末をもって退職することになりました。自分にとっての定年退職の時期を迎えたと思っています。

振り返れば、プラッツは平成11年4月東京都補助事業の精神障害者地域生活支援センターとして開設しました。その翌年、私はグループホームからプラッツに異動になり、その5年後から所長として勤めさせていただきました。障害者自立支援法施行後は国分寺市委託事業の地域活動支援センターI型事業となり、障害福祉施策の変革と共に、地域移行支援や計画相談支援等の様々な場面でも関わりを持たせて頂いたことは貴重な経験となりました。支援を拒んでいた方がご自分の言葉でSOSや要望を発せられるようになられたり、関係機関との連携で生活が安定されて来たりするととても嬉しく感じました。

「はらから」に出会えたこと、「皆様」に出会えたことが第2の人生でした。これから第3の人生を少しゆっくり考えて歩み出そうと思っています。今後とも「プラッツ」が皆様の拠り所となれるよう祈願いたします。長い間、ありがとうございました。

～ 山内 慈水 ～



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/index.html>

《開館日》 月・火・木・金・土・第1・3日曜
《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