



発行
社会福祉法人
調布市社会福祉
協議会

編集

調布市こころの健康支援
センター

〒182-0024

調布市布田5-46-1

開所：月曜～土曜

8時30分～17時30分

☎ 042(490)8166

FAX 042(490)8167

HP <http://kokoro.chofu-city.jp/>

調布市こころセンター

検索



目次:

・新入・異動職員 からのご挨拶	2
・グループワーク からのご報告 ・こころセンター畑通信	3
・就労支援室ライズ からのお知らせ	4
・こころセンタートピックス ・プログラム からのお知らせ	5
・ちょうふネットワーク ひろば	6
・プログラムカレンダー	7.8

5/21(日)に染地地域福祉センターにて地域のお祭りが実施され、センターとしても参加してきました。グループワークミントでは作業所製品販売を行う「ミントショップ」を、またボランティアとして利用者7名がテントやパネル設営や駐輪場整備などに協力いただきありがとうございました。コロナも5類に移行したことで、対策をとりつつ飲食の模擬店などもあって、少しずつあの時の賑わいを取り戻しつつあります。地域で顔と顔がつながること、参加者みんなで楽しいひと時をシェアできる喜びを感じられた1日でした。皆様ありがとうございました。

お待ちかね布田地域のわくわくひろばまつりは10月29日(日)を予定しています。昨年度好評だった活動展も織り交ぜた新しい形のイベントを予定しています。こちらも詳細わかり次第ご案内しますのでみなさん日頃の活動発表や個人作品、運営ボランティアのご準備をお願いいたします!

調布市こころの健康支援センター長 木内

◇ CoCoギャラリー ◇

こころセンターをご利用されている皆様の趣味の活動などを披露できる場として、デイルームの一角に“CoCoギャラリー”を新設することになりました!展示作品を募集しておりますので、展示したいという方は是非ご協力お願いします。

作品募集の詳細は、右記のCoCoギャラリーQRコードよりご確認ください。また、併せてデイルームの利用内容が一部変更になりましたので、右記のデイルームQRコードよりご確認ください。



CoCoギャラリー



デイルーム

こころの健康支援センター 就労講演会

『精神障がい・発達障がいのある方が企業で働くために』

障がい者の方を雇用する企業として大切にしていることや工夫していること、さらに当事者の方からも体験談をお話し頂きます。会場またはオンデマンド配信で受講できます。

日時:7月15日(土)14時～16時(開場13時半)

会場:調布市こころの健康支援センター
2階こかげ

講師:(株)エイジェックフレンドリー

対象:障害者雇用に関心のある方

費用:無料

定員:50名(申込順)

申込:☎042-426-9161

(申込期間:6月6日～7月14日)

オンデマンド配信

配信期間:9月1日(金)～9月28日(木)

申込:右記QRコード

またはホームページ

申込期間:6月6日～

7月18日



こころセンター閉館日のお知らせ

7月17日(月)海の日は祝日のため、こころの健康支援センターは閉館します。

新入・異動職員からのご挨拶

新井 敦子（生活支援係）

- 出身：東京都
- 趣味：編物・ダーニング・相撲観戦
- 担当：ミント・ハンクラ・ボランティアクラブ・作業所プログラム・就労準備プログラム
- 抱負：この4月から生活支援係に異動になりました新井です。まだわからないことも多いですが、1日も早く慣れて皆さんとお話できればと思います。よろしくお願いいたします。



池田 桃代（生活支援係）

- 出身：山梨県
- 趣味：飲食店めぐり・ドラマ鑑賞・スノボ
- 担当：ミント・楽スポ・ヨガ・生活クラブ+・ユースプログラム・CoCoオアシス・大掃除
- 抱負：4月に生活支援係に異動してきました池田です。新しい環境で緊張する場面が多いですが、少しでも早く慣れて皆さんのサポートができればと思います。これからよろしくお願いいたします。

長崎 太一（生活支援係）

- 出身：新潟県
- 趣味：古着屋と飲食店巡り・お散歩
- 担当：タイム・ゲーム・SST・ラン&ウォーク・ボランティアクラブ・ユースプログラム・畑・大掃除
- 抱負：4月からこころの健康支援センターの生活支援係に配属になりました、長崎太一です。まだ調布市の事で知らないことが多いので、教えてください！ 皆さんのお力になれるように頑張りますのでよろしくお願いいたします！



梶原 史稀（就労支援室ライズ）

- 出身：東京都
- 趣味：キャンプ・ゲーム・バスケット
- 担当：ユウカリ・就労準備プログラム・テキストSST
- 抱負：4月から入りました、梶原です。初めてのことで緊張していますが、精一杯皆さんのお力になれるよう努力いたしますので、これからよろしくお願いいたします！

木村 智子（就労支援室ライズ）

- 出身：東京都
- 趣味：旅行（食べ歩き）コロナがおちついてきたので、今年は旅行に出かけたいと思います。オススメの場所がありましたら、教えてください。
- 担当：ビジネスPC教室
- 抱負：4月からこころの健康支援センターへ入職しました。覚えることがたくさんあって大丈夫かな？心配でしたが、職場の上司と先輩が丁寧に教えてくださり心強いです。新年度を迎えて、皆さんも環境の変化があると思います。さまざまな不安や悩みを一緒に解決していきましょう。



片山 駿之介（福祉人材センター）

- 出身：東京都
- 趣味：山登り・旅行
- 担当：福祉人材育成センター
- 抱負：4月より希望の家課から異動してきました、片山です。普段は別館2Fの福祉人材センターで働いていますが、リフレッシュのため休憩中は外で日を浴びるようにしています。見かけたら声をかけてくれると嬉しいです。よろしくお願いいたします。

グループワークからのご報告

ミント 毎週火・木曜日 10:00~12:00

イラスト by Kさん

4月のスポーツでは「風せんバレー」をしました。
少しの風で落ちるスピードや場所が変わってくるので難しかったけど、ミントの皆さんと楽しい時間を過ごせました。

Nさんより



ラベンダー 毎週火曜日 13:30~15:30

みんなでお団子(みたらし・ごま・あんこ)を作りました。
今日は参加人数が少なかったですが、みんなで協力して作ることができました。
個人的には、ごまが美味しかったです。

Kさんより



タイム 毎週水曜日 10:00~12:00

バスに乗って国立天文台に行きました。
星展示が見れてよかったです。天体望遠鏡があってすごかったです。
休憩中に皆でシャボン玉をして楽しみました。

Kさんより



ジャスミン 毎週木曜日 10:00~12:00

ジャスミンでは桜もちを作りました。
難しそうな印象でしたが、皆さんと協力して意外と手軽にできるのだとわかりました。
食紅の量もばっちりで、きれいな桜色のお餅ができました。

Mさんより



ユーカリ 毎週金曜日 13:30~15:30

4月の暑い日に「モルック」を行いました。
初めに全員でルール確認をし、試合の動画を観ました。畑の前のスペースで、思い切り投げることではできませんでしたが、少しずつコツをつかんで当たるようになりました。ユーカリ独自のルールを作るなど、皆さんでワイワイ話しながら楽しい時間を過ごしました。

担当職員より



こころセンター畑通信



今年も畑の活動が始まりました。まずは土づくりです。利用者さんと草取りをした後、ボランティアの清水さんと笠木さんに耕運機で土をふかふかにしていただきました。2週間後に腐葉土や肥料も投入し、5月9日にいよいよ苗の植え付けです。品種は『べにはるか』です。今年は豊作を目指してサツマイモ用の肥料を使ってみました。効果やいかに？

各グループワークでもひと畝ずつ植え付けをし、芋ほりを目指してお世話をしていきたいと思います。

こころセンタートピックス

家族学習会のお知らせ

こころの健康支援センターでは、センター利用者のご家族、かささぎ会会員を対象に、精神疾患やご家族の健康管理等をテーマとして年に数回家族学習会を開催しています。

申込制ですので、ご興味がある方は、センターまでご連絡ください。

《今後の予定》

☆6月29日(木) 14:00~16:00

「今のうちに準備しておくこと」

講師:幸恵行政書士事務所 河橋祥代行政書士

☆7月27日(木) 14:00~16:00

「生活保護制度と障害福祉サービス利用の流れ」

講師:生活福祉課職員・相談支援専門員

*会場は調布市こころの健康支援センターです。

*希望されるご家族には、チラシを送付いたします。

相談担当までご連絡ください。

発達障害者支援事業ぽぽむより カモミールの会参加者募集中

カモミールの会は、発達障害に関する診断を受けられた方を対象とした茶話会です。毎月第4月曜の午後開催しています。「感覚的に苦手なもの」「対人関係の工夫」など、いろいろなテーマで話し合ったり、好きなことをざっくばらんに話したりしています。自由に話すなかで、悩んでいるのは自分だけではないのだな、同じような思いを持っている人が他にもいるんだな、とほっとできる場となればよいと考えています。どんな雰囲気か気になる方は相談担当までお声がけください。見学も大歓迎です。

日時:6月26日(月)「出かける支度」

7月24日(月)「私の特性」

時間:14:00~15:30

場所:こころの健康支援センター 団体室B



プログラムからのお知らせ

就労準備プログラム

毎月第4もしくは第5金曜日に実施しているプログラムです。将来的に就職を目指している人、現在就職活動中の人など、お気軽にご参加ください♪

《今後の予定》

☆6月23日(金) 10:00~12:00

「就労に向けた準備~社会資源を知ろう~」

講師:就労移行支援事業所コボルポート調布オフィス
サービス管理責任者 蟹谷秀治氏

☆7月28日(金) 10:00~12:00

「今の生活を振り返る」

講師:伊藤恵保健師

*場所は、こころの健康支援センター
別館デイルームです。

*参加は、申し込み制です。

*詳細は、チラシ・職員にご確認ください。



テキストコースSST

テキストコースSSTは、「感謝の気持ちを伝える」「ストレスな話題に対処する」等のテーマに基づいて、参加者それぞれのやりとりを職員と一緒に考え、練習を行うプログラムです。「こういう時にどう言ったらよいんだろう」「以前こういう風にやってみたけどよかったかな?」と困っていたり、気になっている場面のロールプレイをします。そのロールプレイのよかったところ、できていたところを皆で振り返ることを通し、やってみたら意外とできていた、うまくいった、と自信につなげることができるプログラムです。連続3回を1クールとして、年間3クール行っています。1日だけの参加、見学も大歓迎です。興味のある方は相談担当までどうぞ。

《令和5年度第1クール日時》

日程:6月5日(月)、6月12日(月)、6月19日(月)

時間:13時30分~15時30分

元気はつらつ運動会

市内の病院のデイケアや作業所を利用する精鋭達が集まって行う運動会が再開します。コロナ以前は2年に1回開催しており、こころの健康支援センターも参加していました。今年も是非皆さんの有志を募りたいと思います!

日程は7月7日(金) 10:00~12:00で、会場は武蔵野の森総合スポーツプラザ・サブアリーナを予定しています。参加費はかかりません。見学だけでも大丈夫なので気軽にご参加ください。

就労支援室ライズからのお知らせ

詳しくは各プログラムのチラシをご覧ください。

○●今後のライズの行事予定●○

ミーティング(申込制)

◇日時:6月24日(土)14:00~16:00

◇場所:別館デイルーム

ストレッチ体操(申込制)

◇日時:7月29日(土)14:00~16:00

デイプログラムでお世話になっている山川先生をお招きし、ストレッチ体操を行います。日頃の疲れや運動不足が気になる方、ぜひお気軽にご参加ください。

就労SST

「就労場面でのコミュニケーション」をテーマにSSTを行います。課題を絞って臨んでいただくことで、自分自身に必要なコミュニケーションスキルを身に付けることができます。

◇日時

7月1日(土)14:00~16:00

※参加をご希望される方は、事前に担当職員へご相談ください。



活動報告

3/18(土) 伊藤先生との座談会

こころセンターの嘱託医でいらっしゃる精神科医の伊藤先生をお招きし、先生とライズ職員が一緒に作成した『支援・受援のための相互チェックシート』をみなさんにお試しいただきました。後半には質問タイムを設け、先生に聞いてみたいことを各々質問されていました。

『支援・受援のための相互チェックシート』は、就職を目指している方も、就労中の方も今の自分を把握し、支援者と共有するためのチェックシートです。今回はお試しいたことで、みなさんからいただいた感想やご意見をもとにブラッシュアップし、今後面談等で活用していきたいと思っています。

4/22(土) 就労ミーティング

就労ミーティングはボランティアの古谷さんが卒業を迎えて、特別な学びがありました。ライズのメンバーは17名参加、アロマの香りに包まれた会場は大盛況でした。いつもどおり自己紹介と最近、気になる出来事を順番に発表したところで『睡眠について』『職場での人づき合い』をテーマに話し合いました。

★睡眠について

- ・冷たい飲み物で必要以上に体を冷やさない。入浴時はぬるま湯にゆっくり浸かる。
- ・安易に眠剤を増やすと朝の目覚めが悪い。自然に眠いと感じたときに寝るタイミング。(精神安定剤をきちんと服用するのが条件)
- ・日中は太陽の光を浴びて、適度な運動を心がける。
- ・やりたいことや好きなことを考えてストレスを溜めず、リラックスする。
- ・お酒の力を借りるのは交感神経を刺激するのでNG など活発な意見交換がありました。



★職場での人づき合いについて

仕事の場面において好意的に受けとめられる人と嫌がられる人がいます。人づき合いの上手な人は、相手を思いやる姿勢(気遣い)を意識しながら行動されています。人間関係を円滑にするためには年齢や立場に関係なく、日頃の挨拶や会話が大切です。みなさんから、「苦手の人でも感謝の気持ち(ありがとう)を伝える」「わからないことを質問して、積極的な姿勢(やる気)をアピールする」「なるべく相手の良いところを見つける」など前向きな意見に、共感の拍手が挙がりました。

就労ミーティングは不安や悩みを共有し、どうすれば良くなるか?一緒に考えることで新しい気づきと自信がもてるようになります。人前で発言するのは誰でも緊張しますが、「自分を変えてみたい。仲間と成長したい」目的意識があれば、有意義な時間を過ごせます。古谷さんの穏やかな人柄と経験豊かな人生に触れて、心温まる励ましのメッセージと勇気をもらいました。長きにわたりライズの活動を支えてくださり、本当にありがとうございました。

ちょうふネットワークひろば

調布市内の関係機関を紹介したり、学習会等のイベント情報をお届けします

ひだまりサロンとは……

住み慣れた地域で、お互いに助け合い安心した生活を送ることができるよう交流の場づくりをしている事業です。

【ひだまりサロン『木洩れ陽』】

令和4年11月から活動を再開しました！ボランティアが野菜たっぷり具沢山の味噌汁を用意します。お昼ご飯を持参して、おいしい味噌汁とともに楽しい時間をすごしませんか？

日時：6月 9日(金)・19日(月)

7月14日(金)・24日(月)

いずれも12:00～13:00

場所：調布市こころの健康支援センター別館1階

対象：こころの健康支援センター利用者どなたでも可

参加費：無料



【ひだまりサロン『CoCoオアシス』】

どなたでも気軽においでいただいて、ひとときを過ごしていただく居場所です。友達作りの場として、また仲間やボランティアの方に、悩みを相談したりはきだしたりして気分転換をしてはいかがでしょうか。

「コロナ感染予防」のため、さまざまな制約のある日常のなかで、引きこもりがちになっている方、息抜きにいらっやいませんか。

日時：6月 3日(土)・17日(土)

7月15日(土)

いずれも13:00～15:30

(状況により変更となる場合があります。)

場所：調布市こころの健康支援センター別館1階

【グループなごみ茶屋】

心の病気のある方が地域の中で、自然に生活していくための支援を目的とし、当事者の方が気楽に立ち寄り、ほっとしていただけるようなカフェをめざしています。

日時：6月3日(土)・17日(土)

7月1日(土)・15日(土)

いずれも13:30～15:30

場所：総合福祉センター4階 茶室

参加費：50円

(健常者の方は100円)

申込み不要

*和室でいっぴくゆらりと、お過ごしください。

問合せ：小島町コーナー ☎042(481)7695

月～金曜日開所



イラスト by Hさん

【かささぎ会(調布市精神障害者家族会)】

◆精神障害者家族の相談会・情報交換会

病気のご家族のことで悩みや不安をお持ちの方、一人で抱え込まず、同じ悩みを持つ者どうしが集まり、悩みを共有し支え合おうと話合いの場を持っています。病気や福祉についての知識を深めたり、当事者を支える家族の対応の仕方についてなどの話し合いをしています。同じような立場の者どうし、気持ちが分かり合えるというだけでこころは軽くなります。会員以外の方でもどなたでもお気軽にお出で下さい。

日時：6月10日(土)・24日(土)

7月 8日(土)・22日(土) 13:30～15:30

場所：調布市こころの健康支援センター 団体室AB

※7月22日は、精神科医石山淳一先生がご出席くださいます。(予定)

※申込不要です。当日直接会場にお越しください。

◆精神障害者家族の一時避難所

「いやしの家」の運営方法が変更となりました。家族とのトラブルから一時的に逃れて休息のために利用していただけます。

利用をご希望の方はご連絡ください。

連絡先：江頭 ☎080(1353)2302



【障害年金個別相談会】

障害年金に詳しい社会保険労務士に、障害年金に関する疑問や申請手続きについて、直接相談をすることができます。「障害者手帳は持っているけど、自分は該当する?」「手続きはどうすればいい?」など様々な質問にわかりやすく解説いただけます。お気軽にご参加ください。

実施日	募集期間	時間
6/16 (金)	5/22 -6/9	①9:30・②10:30・③11:30
7/21 (金)	6/19 -7/14	①9:30・②10:30・③11:30

○開催日：毎月第3金曜日

○内容：1人約50分 障害年金のご相談を伺います

○対象：障がいや疾病のある方とその家族

○費用：無料

○会場・申込先：障害者地域活動支援センタードルチェ

調布市小島町2-47-1 総合福祉センター内

TEL 042-490-6675 (直通 9時～17時)

FAX 042-444-6606

※新型コロナウイルスの感染拡大状況により、

予定が変更となる場合がございますのでご了承ください。

こころの健康支援センター 6月プログラムカレンダー

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
※新型コロナウイルスの感染拡大状況により、プログラムが変更となる場合がございますのでご了承ください。			1 (訓) ジャスミン 10:00～12:00 (訓) ミント 10:00～12:00	2 ☆生活クラブ プラス 10:00～11:30	3	4 閉館日
			◎ビジネスPC教室 ①13:30～14:40 ②14:50～16:00	(訓) ユーカリ 13:30～15:30 ☆PCはじめの一歩 13:30～15:30	※1 CoCoオアシス 13:00～15:30	
5	6 (訓) ミント 10:00～12:00	7 (訓) タイム 10:00～12:00	8 (訓) ジャスミン 10:00～12:00 (訓) ミント 10:00～12:00	9 ※2 ママカフェ 「たんぼぼ」 10:00～11:30	10	11 閉館日
☆ハンクラ 13:30～15:00 ☆楽スポ 13:30～15:00 ◎テキストSST 13:30～15:30	(訓) ラベンダー 13:30～15:30 ☆ゲーム 13:30～15:00	☆イラスト 13:30～15:00	◎ビジネスPC教室 ①13:30～14:40 ②14:50～16:00	※3 木洩れ陽サロン 12:00～13:00 (訓) ユーカリ 13:30～15:30 ☆PCはじめの一歩 13:30～15:30		
12	13 (訓) ミント 10:00～12:00	14 (訓) タイム 10:00～12:00	15 (訓) ジャスミン 10:00～12:00 (訓) ミント 10:00～12:00	16	17	18 閉館日
☆書道<毛筆> 13:30～15:00 ◎テキストSST 13:30～15:30	(訓) ラベンダー 13:30～15:30 ☆リラクソヨーガ 13:30～15:00	☆鉄道クラブ 13:30～15:00	◎MOSコース < Excel > 13:30～15:30 ☆SST 13:30～15:30	(訓) ユーカリ 13:30～15:30 ☆アロマ 13:30～15:00	※1 CoCoオアシス 13:00～15:30 ※4 ユースプログラム 13:30～15:30	
19	20 (訓) ミント 10:00～12:00	21 (訓) タイム 10:00～12:00	22 (訓) ジャスミン 10:00～12:00 (訓) ミント 10:00～12:00	23 ◎就労準備 プログラム 10:00～12:00	24	25 閉館日
※3 木洩れ陽サロン 12:00～13:00 ☆卓球 13:30～15:00 ◎テキストSST 13:30～15:30	(訓) ラベンダー 13:30～15:30 ◎書道<硬筆> 13:30～15:00	☆合唱 13:30～15:00	◎MOSコース < Excel > 13:30～15:30	(訓) ユーカリ 13:30～15:30	(就)就労ミーティング 14:00～16:00	
26	27 (訓) ミント 10:00～12:00	28 (訓) タイム 10:00～12:00	29 (訓) ジャスミン 10:00～12:00 (訓) ミント 10:00～12:00	30		
☆合唱 13:30～15:00 ※5 カモミールの会 14:00～15:30	(訓) ラベンダー 13:30～15:30 ☆ストレッチ体操 13:30～14:30	☆ラン&ウォーク 13:30～15:00	◎MOSコース < Excel > 13:30～15:30 ※6 家族学習会 14:00～16:00	(訓) ユーカリ 13:30～15:30 ☆うたごえ喫茶 13:30～14:30		

- ・プログラムは、デイ事業登録者または生活訓練事業登録者が参加できるものです。
- ・(就) は就労支援室ライズ登録者のプログラムです。
- ・(訓) は生活訓練事業登録者のプログラムです。
- ・☆マークはデイ事業登録者と生活訓練事業登録者両方のプログラムです。
- ・◎マークはデイ事業登録者と生活訓練事業登録者、ライズ登録者が利用できる合同プログラムです。
- ・※1 CoCoオアシスはどなたでも参加できます。
- ・※2 ママカフェ「たんぼぼ」は、こころセンター利用で小学生以下のお子さんをお持ちの方が参加できます。
- ・※3 木洩れ陽サロンは利用者の方はどなたでも参加できます。
- ・※4 ユースプログラムは、25歳くらいまでの方を対象としています。参加希望の方は担当にご相談ください。
- ・※5 カモミールの会は発達障がいのある方向けの茶話会です。事前の申し込みが必要です。
- ・※6 家族学習会には、センターを利用しているご家族、かささぎ会会員が参加できます。事前の申し込みが必要です。

こころの健康支援センター 7月プログラムカレンダー

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
※新型コロナウイルスの感染拡大状況により、プログラムが変更となる場合がございますのでご了承ください。					1 (就)就労SST 14:00～16:00	2 閉館日
3	4 (訓)ミント 10:00～12:00	5 (訓)タイム 10:00～12:00	6 (訓)ジャスミン 10:00～12:00 (訓)ミント 10:00～12:00	7 ☆生活クラブ プラス 10:00～11:30 ※1 元気はつつ運動会 10:00～12:00	8	9 閉館日
☆ハンクラ 13:30～15:00 ☆楽スポ 13:30～15:00	(訓)ラベンダー 13:30～15:30 ☆ゲーム 13:30～15:00	☆イラスト 13:30～15:00	◎ビジネスPC教室 ①13:30～14:40 ②14:50～16:00	(訓)ユーカリ 13:30～15:30 ☆PCはじめての一步 13:30～15:30		
10	11 (訓)ミント 10:00～12:00	12 (訓)タイム 10:00～12:00	13 (訓)ジャスミン 10:00～12:00 (訓)ミント 10:00～12:00	14 ※2 ママカフェ 「たんぼぼ」 10:00～11:30	15	16 閉館日
☆書道<毛筆> 13:30～15:00	(訓)ラベンダー 13:30～15:30 ☆リラックスヨガ 13:30～15:00	☆鉄道クラブ 13:30～15:00	◎ビジネスPC教室 ①13:30～14:40 ②14:50～16:00	※3 木洩れ陽サロン 12:00～13:00 (訓)ユーカリ 13:30～15:30 ☆PCはじめての一步 13:30～15:30	※4 CoCoオアシス 13:00～15:30 ※5 ユースプログラム 13:30～15:30 就労講演会 14:00～16:00	
17 閉館日	18 (訓)ミント 10:00～12:00	19 (訓)タイム 10:00～12:00	20 (訓)ジャスミン 10:00～12:00 (訓)ミント 10:00～12:00	21	22	23 閉館日
	(訓)ラベンダー 13:30～15:30 ◎書道<硬筆> 13:30～15:00	☆合唱 13:30～15:00	◎MOSコース < Excel > 13:30～15:30 ☆SST 13:30～15:30	(訓)ユーカリ 13:30～15:30 ☆アロマ 13:30～15:00		
24	25 (訓)ミント 10:00～12:00	26 (訓)タイム 10:00～12:00	27 (訓)ジャスミン 10:00～12:00 (訓)ミント 10:00～12:00	28 ◎就労準備 プログラム 10:00～12:00	29	30 閉館日
※3 木洩れ陽サロン 12:00～13:00 ※6 カモミールの会 14:00～15:30	(訓)ラベンダー 13:30～15:30 ☆ストレッチ体操 13:30～14:30	☆ラン&ウォーク 13:30～15:00	◎MOSコース < Excel > 13:30～15:30 ※7 家族学習会 14:00～16:00	(訓)ユーカリ 13:30～15:30 ☆うたごえ喫茶 13:30～14:30	(就)就労プログラム 14:00～16:00	
31 ☆合唱 13:30～15:00						

6月のカレンダーは7面にあります♪

- ・プログラムは、デイ事業登録者または生活訓練事業登録者が参加できるものです。
- ・(就)は就労支援室ライズ登録者のプログラムです。
- ・(訓)は生活訓練事業登録者のプログラムです。
- ・☆マークはデイ事業登録者と生活訓練事業登録者両方のプログラムです。
- ・◎マークはデイ事業登録者と生活訓練事業登録者、ライズ登録者が利用できる合同プログラムです。
- ・※1 元気はつつ運動会の詳細は、5面をご覧ください
- ・※2 ママカフェ「たんぼぼ」は、こころセンター利用者で小学生以下のお子さんをお持ちの方が参加できます。
- ・※3 木洩れ陽サロンは利用者の方はどなたでも参加できます。
- ・※4 CoCoオアシスはどなたでも参加できます。
- ・※5 ユースプログラムは、25歳くらいまでの方を対象としています。参加希望の方は担当にご相談ください。
- ・※6 カモミールの会は発達障がいのある方向けの茶話会です。事前の申し込みが必要です。
- ・※7 家族学習会には、センターを利用しているご家族、かささぎ会会員が参加できます。事前の申し込みが必要です。