

ふら~っと



社会福祉法人新潟しなの福祉会
地域生活支援センター「ふらっと」

〒951-8142

新潟市中央区関屋大川前1丁目2番28号

TEL 025(265)5958 FAX 025(265)5948

相談専用 TEL 025(265)5957

E-Mail : furatto@chive.ocn.ne.jp

URL: <http://www.shinano-niigata.sakura.ne.jp/>

● ● ● 年末年始の休館のお知らせ ● ● ●

ふらっと・・・12月30日（日）から1月2日（水）

● ● ● 12月 ふらっと予定 ● ● ●

☆毎月第1土曜日開催

●茶話会・・・

1日（土） 13：30～ 地域交流室にて（女性のための茶話会です）

☆毎月第3土曜日開催

●昼食会・・・

15日（土） 当日 10：30までにお申し込みください。

☆偶数月第4土曜日開催

●延長開館・・・

22日（土） 20時までオープンします。

あとばんす年末年始休業日 ※ふらっとの休館日とは異なりますのでご注意ください。

あとばんす 平成30年12月29日（土）～平成31年1月3日（木）

喫茶・ギャラリーあとばんす 平成30年12月29日（土）～平成31年1月6日（日）

★あとばんす「もちつき大会」 平成31年1月12日（土）11：00～14：00

きら☆きら クリスマス会

ついにクリスマスまであと一ヶ月となりました。ふらっとでは「ケーキのデコレーション」を企画しました♪個性あふれるケーキを作り上げましょう！後半ではケーキを食べながらゲームをします。

楽しいクリスマスと一緒に過ごしませんか？
皆さまの参加をお待ちしています♪



※写真はイメージです

★日時 12月16日（日）
10：00～12：00
（受付は9：30から）

★定員 先着25名

★参加費 300円

★申し込み締切 12月13日（木）



ふらっとからのお知らせ

最近、個人のスリッパやマグカップの数が増えています。整理のため、ふらっとに置いてあるものがある方は平成31年1月末までにスタッフまでお声掛けいただき、自分のものにお名前を記入していただくようお願い致します。1月以降に名前が記入がない物に関しては、こちらで整理させていただきます。

また、スペースが限られているため、出来るだけお持ち帰りにご協力ください。皆様のご協力をお願い致します。

平成30年度「精神障がい者ヘルパー講習会」のご案内

精神障がいのある方が住み慣れた地域で生活を送る上で、一人では困難なことでもホームヘルパーなどのサービスを利用することで困難を解消し、自分らしい生活を送ることができます。

しかし、精神障がいについて理解するための学習や経験の場が少ないため、サービス提供に不安を抱いている支援者は多いと思います。そこで精神障がいに関する学習の機会を提供し、理解を深めるきっかけになればと研修会を企画しております。

問い合わせ先：(025)-240-8000

担当：地域生活支援センターゆとりあ 鈴木

【日時】 平成31年1月27日(日) 10:00~16:00

【会場】 新潟市総合福祉会館 4階(405~406会議室)

【対象】 居宅介護支援事業所、障がい福祉サービス事業所、相談支援事業所、精神科病院、市町村の職員等

【定員】 50名

【参加費】 1,000円

【内容】 ○精神疾患と障がいについて ~精神病の基礎知識と関わりの視点~

医療法人崇徳会 顧問 こころのクリニックウイズ 所長 精神科医 後藤雅博氏

○実際にヘルパーサービスを利用して ~サービス利用者の想い~

○グループワーク ~ワールドカフェ~



~ボランティアさんのご紹介~

こんにちは、佐藤聖也(せいや)と言います。

月に2~3回、木曜日にふらっと来ています。上手くはないですが、将棋、オセロ、囲碁や卓球など、一応は何でもやりますので、ぜひ一緒に楽しみましょう。



にわか大谷翔平ファン

先日の、メジャーリーグ・エンゼルスの大谷翔平選手が、ア・リーグの新人王を受賞したというニュースは記憶に新しいと思いますが、同時に複数のメディアでは、大谷選手が、花巻東高校1年生の時に立てたという「目標達成シート」について取り上げていたので、皆さんも見聞きしたことのある言葉ではないでしょうか？私は初め、「やっぱり天才は違うなあ」くらいにしか思っていなかったのですが、繰り返しTVで見る大谷選手の誠実な姿に「こんなにいい子、どうやったら育つの？」と興味が湧いてきて、目標達成シートについても知りたくなりました。

目標達成シートは、通称「マンダラシート」と呼ばれるもので、9×9のマスを中心に、「なりたい自分=目標」を入れて、その目標を達成するために何が必要なのかを8つの要素で取り囲みます。さらに8つの要素を細分化していき、目標達成のために具体的に行動すること(アクション)を入れ込んでいきます。アクションは8×8=64個のものぼります。64個もやるべきことを見つけること自体大仕事ですが、同じものが被っても気にしない程度にやってみる気持ちが必要かもしれませんね。さらに大切なのが、そのアクションを継続すること。ブレずに続けることが目標達成には必要なのですね。大谷選手の場合、目標は『ドラ1 8球団』。要素の一つに「人間性」。アクションの一つに「愛される人間」・・・妙に納得がきました。

なりたい自分になる。何事も長く続けられないわたしですが、“ちょっと試しに”くらいの気持ちでトライしてみようと思います。

す~さん