

つきみがおか 通信

2023年 秋号

「地域活動支援センターつきみがおか」とは



地域活動支援センターとは、居場所として過ごしたり、創作活動や生産活動に取り組んだり、相談したりと、利用を通して社会との交流ができる施設です。名古屋市内の16区にあり、瑞穂区の地域活動支援センターは「つきみがおか」という名前です。利用する目的は、居場所・活動の場・自己発見の場・交流の場など人によって様々です。また開所当初から現在まで継続して通所されている方や、一般就労等に繋がった方など様々な方が利用しています。



つきみがおかでは、創作活動、調理、スポーツ、パソコン、ざつだん会、学ぼう会、外出企画などの活動プログラムを行い、希望に応じた参加をいただいています。

また、障害の理解の普及啓発を目的としたイベントなども開催し、施設と地域の方との交流も図っています。



プログラム等への参加だけでなく、居場所としてのご利用も可能です。フリースペースには、パソコン、テレビなどが設置してあります。また、相談があれば内容に応じて、障害のある方の総合相談窓口である基幹相談支援センターとも協力します。

活動を通して、様々な体験や経験をしていただき、社会で生活していく力やコツを身につけるとともに、自分らしい生活や今後の目標につながっていくきっかけになればと思っています。

「地域活動支援センターつきみがおか」をみたいときは？



対象者	<ul style="list-style-type: none"> ・精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方 ・精神科、心療内科などで治療中の方 ・利用について主治医の同意が得られる方 上記以外の方もご相談ください。
開所時間	・月曜から金曜日、第2土曜日 9:30~17:00
休業日	・土曜日（第2土曜日を除く）、日曜日、祝日、年末年始



見学予約



見学



体験



面談



登録申請



登録

つきみがおか活動報告

スポーツ

毎週月曜午後に実施しています。

つきみがおかから徒歩3分ほどの「福祉スポーツセンター」の体育館にて、体育指導員さんにつきみがおかの職員と一緒に担当していただき、運動・ストレッチを行っています。

現在のスポーツの種目は、ボッチャ・卓球・スポンジテニス・カローリングです。初めて行う種目でもご心配はいりません。それぞれのできる範囲で取組み、休憩を挟みながら自分のペースで参加できます。

外出企画

公共交通機関を使って、日帰りで帰れる場所にお出かけします。

これまで、水族館や動物園、美術館、名古屋城、お花見、紅葉狩りなど様々な場所に出かけました。

行き先はみんな希望を出し合って決めています。



パソコン講座

毎月第2,4火曜 13:30~15:30 で実施しています。

「なごや福祉用具プラザ」でIT相談員をしている職員に来ていただき、基本的な操作から教えてもらいます。

タイピング練習や、ワード・エクセルの操作、インターネットの視聴、ポスターや年賀状等の作成、グーグルマップの使い方など内容は様々です。パソコン操作に不慣れな方も上達を目指す方も、それぞれのペースでご参加いただけます。



つきみがおかカフェ

毎月最終金曜 13:30~15:30 で実施しています。

参加費無料で、お菓子を食べたり飲み物を飲んだりしながら楽しくお話をする時間です。

このプログラムの時間では、利用を検討する方のご家族や関係機関の支援者さんなども一緒に参加いただけます。参加いただく場合はできるだけ事前のご連絡をお願いしております。





Instagram から投稿を抜粋してご紹介！！

地域のみなさんと一緒に



地域活動支援センターI型 普及啓発事業

つきみがおか

普及啓発事業で 今回は？

陽明学区の民生委員さんとのつくりをして、地域の高齢者サロンへプレゼントしました！



ペットボトルキャップで作った帽子のアクセサリを作成♪

つきみがおか

民生委員さんがつきみがおかの見学に来た際に、施設で作った作品を紹介したところ、民生委員運営のサロンに活用できないかとの話をいただいたのが今回の企画のきっかけでした★

当日までの流れとして…

①利用者さんと話し合い、プレゼント内容を決定

簡単に作れるものがいい！

見栄える物だと喜ばれるかな？

ポストカードも入れよう！

ペットボトルのキャップならうちたくさんあるよ。



➡ ボトルキャップ帽子に決定

つきみがおか

②民生委員さんと一緒に作成

民生委員さん5名につきみがおかに来ていただき、一緒にボトルキャップ帽子を作りました！



フローチにするほか、ストラップも作成すると良いなど、ご意見もいただきながら作業を進めました。

疲れたけど楽しかった、との利用者さんからの感想も。

つきみがおか

③サロンに参加し、プレゼントをお渡し

利用者さんは2名参加

サロン参加者の前で、プレゼントの内容を説明しました。



服に着けても可愛いです。



受け取った方からは…



かわいい！すごい。こんな作品が施設で作れるんだね。

嬉しい。ありがとうございます。



喜ぶ表情や反応を直接見ることができました。

つきみがおか

サロンに参加した利用者さんからは



喜んでもらえて良かった。

お弁当をもらったのが嬉しかった。また同じ機会があると良いと思う。



今回、施設で取り組んでいることを知ってもらうことによって地域との交流企画に繋がりました。地域活動支援センターの機能である社会との交流の促進や障害の理解の普及啓発の機会となり、貴重な経験になったと思います。



今回できた地域との繋がりを今後も活かしていきたいです。

つきみがおか

瑞穂区障害者基幹相談支援センター・

地域活動支援センターつきみがおかのInstagramはこちらから▶



@mizuho_tsukiho



つきみがおかギャラリー



R5.8 地下鉄堀田駅展示



R5.8 夏休みキッズ企画



利用者さんへインタビュー

つきみがおかに通い始めて2年経ちます。グループホームに入居中で、日中に外出して活動する場としてつきみがおかを利用しています。生活介護事業所も併用しており、そこでの作業と両立しながらつきみがおかのプログラムや地域イベントに参加して、リフレッシュの機会にしています。

初めは施設に入って過ごすことに対して緊張感がかなり強かったですが、居場所活用中やプログラム中に他の利用者と同じ時間を共有したりお話をしたりする中で良い人間関係が築けていると感じており、現在は自分にとって居心地が良い施設になりました。

これからは、現在の生活を続けながら、まだ参加したことのないプログラムに参加するなど、色々なことに挑戦していきたいです。

50代・男性



お知らせ★

【利用者の皆様へ】



10月より令和5年度後期の登録更新を開始しています。
満足度アンケートへのご協力もお願いいたします。

更新時には面談を実施しておりますので、
できるだけ事前に電話などのご予約をお願いします。

11月以降は初回来所日に更新をお願いしています。

更新期限はR6年3月末です。
よろしくお願いいたします。

つきみがおかカフェについて



日時：毎月最終金曜日 13:30～15:30

場所：地域活動支援センターつきみがおか

内容：お菓子を食べたり、お茶を飲んだりしながらお話をします。

対象：18歳以上で、精神保健福祉手帳をお持ちの方や精神科・心療内科に通院されている方、またそのご家族。支援者の同伴も可能です！

参加費：無料

来所時、受付表の記入にご協力お願いいたします。
ご参加お待ちしております。

社会福祉法人 名古屋市総合リハビリテーション事業団

**瑞穂区障害者基幹相談支援センター
地域活動支援センターつきみがおか**

名古屋市瑞穂区弥富町月見ヶ岡5 NTT西日本八事ビル1階

TEL 052-835-3848

FAX 052-835-3743

URL www.nagoya-rehab.or.jp

Instagram

アカウント

mizuho_tsukiho

Instagram YouTube Twitter

