



つきみがおか 通信

2024年 夏号

★ 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・外出企画などの活動プログラムを利用者と一緒に企画してご参加いただいています。

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。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。

今後は、利用者それぞれの自分らしい生活を支える施設にしていくために、話し合いを重ねながら、プログラム運営をしていきたいと考えています。

★ 「地域活動支援センターつきみがおか」を利用したいときは？

《対象者》

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 ※左記以外の方もご相談ください。

《開所時間》

月曜から金曜日、第二土曜日 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

※R6年9月より、利用対象者及び利用の流れの変更を検討しています。

決定次第、お知らせいたします。





利用者さん発案のプログラムを一部ご紹介



大学食堂巡り

6月は、名古屋市立大学(桜山キャンパス)に行きました！

「オシャレなところだといいな～」「いろんなメニューがありそうで楽しみ！」「お肉や揚げ物がやっぱり多いのかな…？」とイメージを膨らませながら、当日を迎えました。当日は、10名の方にご参加いただきました。

屋食作り

6月は、「ツナジャガ」「お味噌汁」「ご飯」を作りました！

新じゃがを使ったご飯のお供になるレシピをご紹介いただきました。

今後も、お菓子作り？ホットプレート調理？電子レンジ調理？などなど

ご希望を伺いながら形にしていくことが出来たらと思っています。

ゲーム

6月からの新企画！

ボードゲーム会では人生ゲーム、ゲーム会ではすき焼きゲームを実施しました。

みんなでゲームをしたい！とのご意見を多数いただいたことがきっかけで、

ボランティアの方にもご協力いただき、新しいゲームもご紹介いただきました。



つきみがおか検討会についてご紹介しました！

つきみがおか 検討会

今回は、

-  衛生管理について
-  時間・プログラムについて
-  設備について

の話をしました。

つきみがおか



移転後、一回目のつきみがおか検討会を5月8日（水）に行いました。

マスクはどうしよう…
食事の時間はどう？
携帯電話での通話はどうする？
などなど

地活ルールについて話し合いました。

今後も、安心して利用できるつきみがおかを皆さんと一緒に作っていかたいと思っています。



Instagramのご紹介

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

おしらせ

宿題サロン（習字）

対象：小学3年生～中学3年生

日時：8月8日（木）

13:00～16:00

★トライキッズ企画

お子さんを対象に夏休みの宿題をサポートする企画です。
基幹相談支援センターの事業ですが、
つきみがおかも一部協力出来たらと思っています。
※開所日に、お子さんが来所されることがあります。





つきみがおかプログラムについてお知らせ・ご報告

チェアヨガ

- ・ボラ講師プログラム
- ・毎月第1月曜 午後14時～15時
- ・椅子に座ったまま出来るヨガです。
- ・水分をしっかりと取りながらのご参加をお願いしています。



まずは、自分の身体と向き合う
時間に出来たら良いかも！

朗読会

- ・俳優である神戸浩さんにお越しいただきました。
- ・6月5日(水)14時から開催しました。
- ・当日は20名ほどの方にご参加いただきました。



フリーアナウンサーの方にも
お越しいただきました。

日帰り旅行実行委員会

- ・今年度も日帰り旅行を計画中！
- ・今年は、3つの行先案が挙がりました！
- ・是非多くの方に実行委員会にご参加いただき、皆さんと一緒に計画を練っていただけたいと思います。

毎月のプログラムについて

～つきみがおかからのお願い～

人数把握のため、全てのプログラムで参加可否を教えていただけると有難いです。

来所時に氏名をプログラムにご記入いただくか電話でご連絡いただくと幸いです。

※あくまでおおよその人数を把握する目的のため、締切が無いプログラムについては、当日参加もしていただけます。

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

名古屋市瑞穂区北原町3丁目2番地ジュネス瑞穂1階

Tel:052-680-7111 Fax:052-680-7626



URL: www.nagoya-rehab.or.jp

Instagram アカウント: [mizuho_tsukiho](https://www.instagram.com/mizuho_tsukiho)