

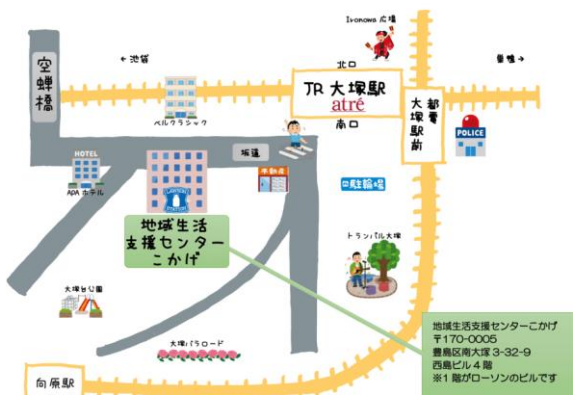
9月

日	月	火	水	木	金	土
1 日曜開所 11時～16時 コスモス茶話会 14:00～16:00	2	3 みの×こかTime 14:00～15:30	4 16時で閉所	5	6 ボードゲームをやってみよう 15:00～16:00	7 閉所
8	9	10	11 16時で閉所 暮らしのきずなを考える会 17:30～19:00	12	13	14 閉所
15 閉所	16 閉所	17 ポエトリリーディング 15:00～16:00	18 創作びより 14:30～15:30 16時で閉所	19	20 スタッフ会議のため 16時で閉所 こかげダイヤルは実施します	21 電話相談 11時～13時 土曜開所 13時～16時
22 閉所	23 閉所	24 談談こかげ 15:00～16:00	25 16時で閉所	26	27 お味噌汁を飲む会 17:00～	28 閉所
29 閉所	30 〇〇対策クラブ 15:00～16:00					閉所

地域生活支援センターこかげ

〒170-0005豊島区南大塚3-32-9-4階
TEL 090-7273-5080 FAX 03-5958-2096

ご利用を希望される場合は、事前に電話等で説明することができますので、お気軽にお問い合わせください



社会福祉法人豊芯会 地域生活支援センターこかげ

こかげ便り 2024年9月号

〒170-0005豊島区南大塚3-32-9-4階
TEL 090-7273-5080 FAX 03-5958-2096

←豊芯会ホームページ
こかげちゃんねる(YouTube)→



9月10日から9月16日は自殺予防週間

皆さまは自殺予防週間をご存じでしょうか？厚生労働省は毎年9月10日から9月16日を「自殺予防週間」として、自殺防止に向けた集中的な啓発活動を行っております。自殺予防週間では、主に電話や相談による相談先の増やすことや、主に子ども・若者に向けて、ポスターや動画による相談の呼びかけなど集中的な啓発活動を行っております。

・厚生労働省「報道・広報 令和5年8月29日記事」参考
https://www.mhlw.go.jp/stf/r5_jisatsuyoboushukan.html



豊島区の取り組みについて

豊島区は自殺予防対策として、ゲートキーパー養成講座を毎年実施しております。ゲートキーパーとは、悩みを抱える方から相談された際や周囲に対する気づき・声かけ・傾聴を通じ、適切な相談機関につなぐことが期待される人のことで、身近で大切な方への“命の門番(ゲートキーパー)”となる人です。ゲートキーパー養成講座が開催される回数は年度ごとによって変わりますが、毎年、区民や区職員、事業主、保健師実習生、民生委員・児童委員など様々な立場の方々が参加される講座となっております。今年度はこかげ職員も参加予定なので、興味、関心のある方はぜひお声かけください。

「いのちを支えるロゴマーク」について

「いのちを支えるロゴマーク」は、自殺対策の相談対応で重要な「気づき、傾聴、つなぎ、見守る」の流れを一体的に行うことで、いのちを支えるという決意が込められています。



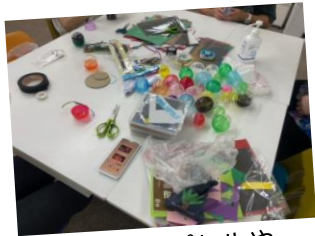
お知らせ

9月も引き続き、精神保健福祉士実習の学生さんがお越しになります。また予定にはないグループ活動が開催されることもありますので、オープンスペースの掲示板や豊芯会ホームページを随時確認してみてください！

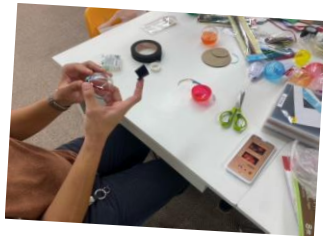
8月の様子

創作びより「夢花火たまや」を開催しました！

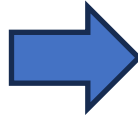
創作びより「夢花火たまや」では、井上陽水さん楽曲の「少年時代」の歌詞に出てくる「8月は夢花火…」から、ひらめきを得て、透明なカプセルの中に思い思いの夏模様を描きました！



色んなカプセルや文房具を使って…



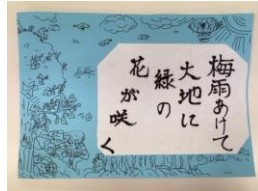
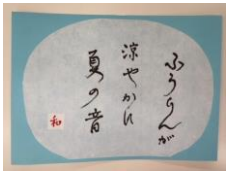
どのような夏模様が浮かび上がるのかな？



オレンジやスイカ、泳ぐ魚など、ユニークな作品が完成しました。

書を楽しむ会 作品展

字の上手い下手ではなく、文字から夏を感じられるかを大事に制作しました。参加してくださった方の作品を載せますが、ぜひ一度オープンスペースにいらして、実物を見ていただくと嬉しいです。



※作品はオープンスペースに展示しておりますので、立ち寄られた際はぜひご覧ください！

こかげ便りBBS



8月号で募集した「こかげメンバーの声」ですが、さっそく声を寄せくださった人がいました！あまりこかげには来所しない、できない人からの声もこうして届けられて嬉しいです(田中)

皆さん、こんにちは。A.Iです。お元気ですか？暑いですが、私も熱中症に気を付けて毎日奮闘しています。ベランダにセミが飛んできたり、B型作業所で楽しく働いています。またみんなにお会いしたいです。

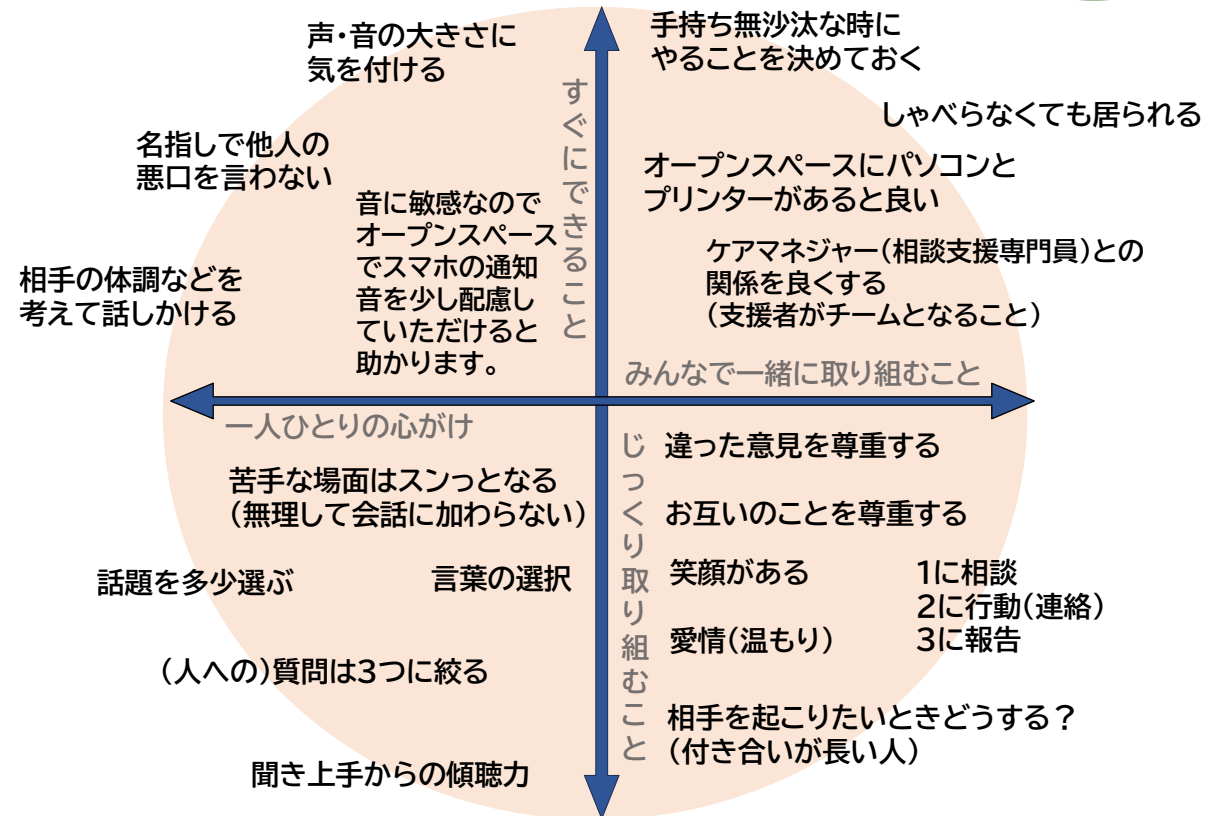


報告

第5回 談話こかげ 7/29(月)開催

参加者5名 + スタッフ4名

今回のテーマ『オープンスペースで安心して過ごすために』



第7回は9月24日(火) 15:00~16:00予定

※話し合いの詳細はこかげ掲示板に掲載しております

告知 みの×こかげTime ~ボッチャをやってみよう!~

ハートランドみのりと地域生活支援センターこかげによる合同のグループ活動「みの×こかげTime」を開催します！

今回はパリ2024パラリンピック競技の一つである「ボッチャ」をやります！

当日はボッチャの説明から行うので、初めての方でも安心して参加できます。

開催日 9月3日(火)

時間 14:00~15:30

会場 こかげ(オープンスペース)

※参加希望者は事前に各事業所の職員にお声掛けいただけますと大変助かりますが、当日の飛び入り参加も大歓迎です！



編集後記

8月は猛暑と不安定な天気が続きましたが、気が付けばあっという間に9月が始まることに驚いています。季節の変わり目では、気圧や温度、湿度の変化など体調面に影響が出ることもあります。そんな私は朝起きてから、太陽の光を浴びることを習慣づけて自律神経を整えるように心掛けています。皆さまもぜひ参考にしてみてください！