すまいる荻窪8月号

令和7年7月20日発行　第146号

杉並区障害者地域相談支援センターすまいる荻窪

すまいる荻窪では、障害のある方やそのご家族、支援機関から、生活全般の相談をお受けしています。障害者手帳の有無や障害種別にかかわらずご相談ができます。

目次

1. イベント情報のお知らせ
2. 実習生さんから感想をいただきました
3. すまいる荻窪のスケジュール
4. ピア電話相談
5. 専門相談の日
6. 編集後記
7. すまいる荻窪（受託法人：社会福祉法人めぐはうす）

1.イベント情報のお知らせ

８月のプログラム 「音楽鑑賞と茶話会」

８月１０日（日）

午後１時～２時３０分

場所：すまいるオープンスペース

持ち物：各自でお菓子と飲み物を準備。（お弁当は×）　かけたいCD

地域のお知らせ

「はじまりの種」だれでも食堂

８月２６日（火）

午前１１時～１２時/午後１時～２時（二部制）

事前申込制（すまいる荻窪にご連絡ください）

締め切り日　８月２２日(金)まで

場所：西荻地域区民センター３階　第７集会室

内容：流しそうめん、シェフの美味しい軽食

お菓子の詰め放題

料金：大人３００円、子ども無料

９月のプログラム

「災害に備える」

9月6日（土）　午後１時３０分～２時３０分

場所：すまいるオープンスペース

内容：防災リュック体験、防災グッズ紹介、ハザードマップ配布など

お申し込み：８月２５日(月)～

ピア入門講座

９月２１日（日）

　午後１時３０分～4時

場所：杉並保健所4階運動室

内容：ピアサポートに関する講義など

★お申し込み方法などは、次号9月号にてお知らせします！

2.実習生さんから感想をいただきました！

オープンスペースでメンバーさんがそれぞれ自由に過ごされている様子を見て、お話し相手がいたり、ゆっくり休むことができたりする居場所が地域にあることの大切さを改めて感じることができました。優しく迎えいれてくださったメンバーさん、職員の皆さん、ありがとうございました。

駒澤大学　実習生　堀部

8.すまいる荻窪のスケジュール（令和7年8月）

●オープンスペース開所時間

月・水・木・金：①午後4時～午後7時

土・日：①午前９時～午後12時　②午後３時～午後4時30分

●プログラムの予定

8/1(金)午後2時～3時　美術

8/3（日）午後1時30分～2時30分　利用者ミーティング

8/10(水)午後1時～2時30分　音楽鑑賞と茶話会

8/13(水)午後2時～3時　　おしゃべりサロン

8/14（木）午後2時～3時　読書会

8/17 (日)午後1時30分～2時30分　音楽鑑賞

8/20（水）午後1時～2時　メタ認知トレーニング「結論への飛躍」

8/21(木)午後2時～3時　美術

8/24（日）午後１時30分～2時30分　グループピアカウンセリング「夏の対策/フリートーク」

8/24 (日)午後1時30分～2時30分　パソコンサークル

8/25 (月)午後2時30分～3時30分　ストレッチ

8/31(日)午後1時30分～2時30分　みんなでジョブトーク

パソコンサークル、美術、ストレッチ、メタ認知は講師がいます。

●プログラムの予約方法

7月25日～予約を受け付けます。プログラムは先着順、定員になり次第、締め切ります。

★すまいるNEWSに掲載するイラストを募集しています！興味のある方は職員にお声がけください。

9.ピア電話相談

毎月第1・2・3金曜日　午後4時～午後6時

03-3391-1977　　予約不要

1人1回20分まで

8/1 (金)

8/8(金)

8/15(金)

10.専門相談の日

●8/15(金)午後1時～高次脳機能障害のご相談をお受けします。

●8/15(金)午後2時～視覚障害のご相談をお受けします。

11.編集後記

ご近所さんからきゅうりとトマトの苗を頂いたので家庭菜園初挑戦。

日々の成長を見守るのがここ最近の楽しみです。

生卵

12.すまいる荻窪（受託法人：社会福祉法人めぐはうす）

開所日／平日9時～19時　土日9時～17時

休所日／火曜日・祝日・年末年始

所在地／杉並区荻窪5-20-1杉並区立保健医療センター２階

℡03-3391-1976　Fax03-3391-1012

電話相談は1回15分です。

アクセス／JR･東京メトロ丸ノ内線「荻窪」駅南口より徒歩5分