

でんごんぼん あるこ伝言板 (6月号)

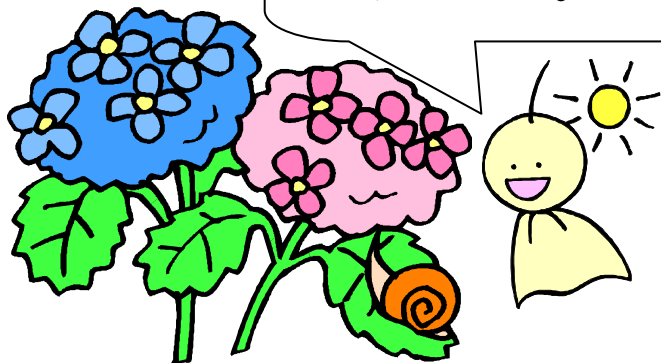
●ま、また……(?) 新プログラムのお知らせです! ●

6月は、「梅雨のジメジメ(+o+) 発散プロジェクト」と題し、ストレス解消に効果のある新しいプログラムを取り揃えました。1つ目は「あるこ音楽会」という、音楽を楽しむプログラムです。題して「わが人生ナンバー1の曲 お披露目会」! それぞれに「人生で一番思い出深い(好きな)曲」を1曲選んで持ち寄って、鑑賞会を開きたいと思います。参加したい方は、その曲の入ったCDか、イヤフォンの繋げる携帯音楽プレーヤー(iPodやウォークマンなど)を持参してください。2つ目のプログラムは、「アソビの虎」! こちらは「遊び」をテーマにしたプログラムです。当日、何をするかはお楽しみ……ですが、みんなでゲームなどに挑戦し、ワイワイ楽しみながら、日ごろのストレスを発散させましょう! その他、これまで好評だったヨガ教室に、夕方の部が新設されました。「ヨガ教室に出なかったのだけど、日程が合わなくて…(〰)」と思っていた方も、これなら大丈夫! ?ぜひ、ご参加ください。(〰)

●最近のあるこ(スタッフのひとりごと) ●

多くの方の協力があって、5月の初あるこ旅行も無事に終わり、またひとつ、みんなと新しい経験を共有することができました。今年度に入り、地活スタッフも3人体制になったことから、少しずつ支援体制の幅も広がりを見せています。関係機関との連携のため、外部のスタッフさんにお越しいただいたり、私たちが出張させていただくことも多くなりました。そうした変化の先に、一人ひとりへの支援の強化と、日中活動の更なる充実を目指しています。見よう見まねで始めた当事者研究が、次第に根付いてきたことや、「あるこ大学」で、当事者自身による、症状についての発表の場(これまでに、アスペルガー症候群と統合失調症の講座に取り組んでいただいています)が実現できたことも、嬉しいことです。利用者の数も増え、本当に様々な変化があったと感じる最近のあるこです。今後とも応援よろしくお願いいたします!

梅雨は食べ物などの管理に注意してね! それを越えれば、夏はもうすぐだよ~。



ちいきかつどうしえん
地域活動支援センターあるこ

電話 04-2922-3439

HP <http://arco.michikusa.jp>

メール cafe.arco@cafe@gmail.com

かいしよじかん
開所時間 9時~17時

にちよう すいよう しゅくさいじつ やす
日曜、水曜と祝祭日はお休みです。

かとう えり いたう まこと まつうら こうすけ
スタッフ 加藤 絵里 伊藤 諒 松浦 康介