

平成31年3月19日(火)  
都筑区自立支援協議会

# 精神部会

## 平成30年度年間活動報告

# 部会・幹事会開催状況

## 部会開催数

**3回**

いずれもかけはし都筑で開催。

## 幹事会開催数

**8回**

## 出席依頼機関数

**46機関**

## 幹事機関

都筑区役所 高齢・障害支援課 堤氏

都筑区生活支援センター こころ野 鈴木氏

都筑ピネル 齋藤氏

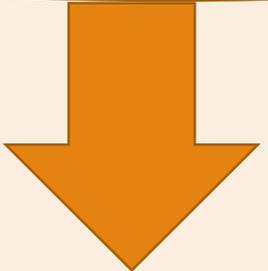
都筑区基幹相談支援センター 齋藤氏 兼平氏

つづき障害者後見的支援センター リリーフ・ネット 高柳氏 田島

# 部会開催状況

年間テーマ

地域課題をみんなで解決  
しよう！

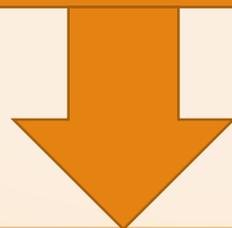


**第1回:7月20日**

**参加人数 29名**

**タイトル： つづきを知ろう**

**都筑区の概要について、区の障害者支援担当から説明があり、各グループで皆が感じている課題や疑問についてポストイットに書き出し、課題解決にはなにが必要か、という事まで深めて話をしました。**



# 第1回目の様子



**第2回: 11月30日**

**参加人数: 35名**

**タイトル: 地域での取り組みを知ろう**

**中川地域の取り組みを例として挙げさせて頂き、中川地域ケアプラザの門脇氏と代氏、実際に中川地域を拠点に活動されている、ボランティアグループ『You & Me』『みんと』『DANK E』の代表の方々にお話し頂きました。**

**グループワークでは前半のお話を受けて「インフォーマルサービス」について話し合いを行いました。**



# 第2回目の様子

精神保健福祉サロン



誰かと話をしたいとき、話を聴いてほしいとき  
ほっとしたいとき・私たちと話してみませんか？  
あなたの心に寄り添って話を聴く  
心を病む方とご家族が集えるサロンです  
お茶とお菓子を用意してお待ちしています  
お気軽にお立ち寄りください！

日時 毎月 第2木曜日 13:30~15:30  
平成30年 6/14、7/12、8/9、9/13、10/11、11/8、12/13、  
平成31年 1/10、2/14、3/14、4/11、5/9、… 以降つく

場所 横浜市中川地域ケアプラザ 多目的ホール  
市営地下鉄ブルーライン「中川駅」  
「中川駅」うえ、2番出口左手すぐ

参加費 ￥100(茶菓子代)

\*お話の内容が外部にもれることはありません。安心してご覧ください。

「You & Me」は、平成22年に横浜市中川地域ケアプラザが主催した精神保健福祉プログラムの  
傾聴講座を受講したメンバーが中心となり心理カウンセラー水谷裕子氏（NPOアーモンドコミュニケー  
ネットワーク代表）のご指導を受けながら活動しています。  
平成30年度の活動は、赤い羽根共同募金等を財源とする「都筑区ふれあい助成金」及び中川地区  
社会福祉協議会の助成を受けています。

主催 傾聴ボランティアグループ「You & Me」

協力 社会福祉法人若竹大寿会 横浜市中川地域ケアプラザ

問い合わせ：横浜市中川地域ケアプラザ 横浜市都筑区中川1-1-1

Tel: 045-500-9321 地域交流：小西・代

## みんなと

やわらかなアロマの香りが漂うお部屋で  
おいしいハーブティーをいただきながら  
楽しくお喋りを楽しんでいます。  
こころの病をかかえている方がゆったり  
と時を過ごせる女性限定のサロンです  
どうぞ、お気軽にお立ち寄りください。

日時 毎月 第2月曜日  
13:00~15:30

場所 中川地域ケアプラザ  
ボランティアルーム  
(市営地下鉄ブルーライン中川駅2番出口を出て左)

対象 女性の方

参加費 ￥100  
(お茶菓子代)



\*お問合せ ⇒ 横浜市中川地域ケアプラザ  
横浜市都筑区中川1-1-1 ☎ 045-500-9321

\*この活動は都筑区社会福祉協議会「つづきふれあい助成金」の補助を受けています

こころとこころの出会いの場



心の病をかかえ、同じような思いをともにわかち合えるところ、それが  
フリースペース DANKE(ダンケ)です。  
うれしかったこと、つらかったこと、困っていることなど、参加している  
人たちと話したり、ゲームをしたり、料理を作りみんなと一緒にテー  
ブルをかこみ食事をしたり、ゆったりした時間を過ごしてください。

DANKE(ダンケ)を通し新しい一歩をふみ出していく何かを見いだせ  
るような、そんな集まりを皆さんとつくりたいと思います。  
駅から近くて便利な場所です。気軽に立ち寄ってください。  
お待ちしております。

### 日程

活動は毎月第2・4金曜日 18:00~20:30 (祝日は休み)  
・第2金曜日は気軽に話せる無料茶話会となります  
・第4金曜日はみんなで作る食事会となります (別途300円必要)

### 場所

<都筑区中川地域ケアプラザ> (045-500-9321)  
住所：横浜市都筑区中川1-1 ふれあい中川 1F  
横浜市営地下鉄ブルーライン中川駅2番出口

(この事業は、都筑区社会福祉協議会が実施している『つづきふれあい助成金』  
の助成を受けています)

**第3回:2月15日**

**参加人数:45名**

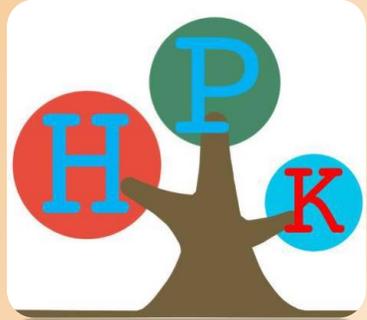
**タイトル: 当事者活動を知ろう**

**都筑区内で活動されている、当事者会『HPKA』（北部ピアの会）の窪田氏、青山氏、向山氏、『てくてく会』（発達障がいの当事者会）の下地氏にお越し頂き、各々の活動のお話を頂きました。**

**グループワークでは、当事者の皆さんにもご参加頂き「当事者、支援者から見た都筑に足りないもの！」について話し合いました。**

# 第3回目の様子





# HPKA（北部ピアの会）



HPKA(ハピカ)とは困難を抱えていようがいまいが、誰もが気軽に参加し、共に語り学んで行けるような居場所(づくりの活動)です。



ピアの理解を深め、集まって何かを発信する事により、何かを変えていきたい、という思いがあります。

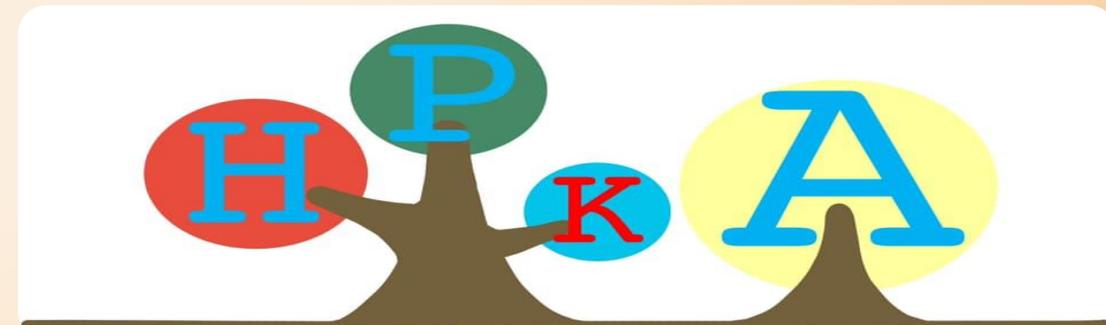


定期的集まって、勉強会やイベント行なっています。

活動場所：都筑区 葛が谷ケアプラザ  
活動日：毎月第三金曜又は土曜16:00～18:00

(日時の変更もありますのでFacebookページよりご確認ください。)

HPKA Facebook ページ開設しました！



発達障がいの当事者会



てくてく会



情報の交換



友達づくり



自己理解を深める

コミュニティカフェで  
定期的に集まっています！  
訪問など個別相談も  
おこなっています！

〒224-0041 横浜市都筑区仲町台1-32-21  
アルス仲町台せせらぎ公園巻番館102号  
TEL 045-945-2223  
FAX 045-947-1779



## 次年度に向けて

「地域の中で、安心して暮らしていく  
ために」

.....

引き続き、地域の課題抽出を行い、  
課題解決に向けて必要な事を考  
えていきます。

**次年度もどうぞよろしく願いいたします。**