相模原市立南障害者地域活動支援センター

2025年**9月号**　8月27日発行

みなみ風だより

開館時間　**火・水・金**　13:00~20:00
土・日・祝　10:00~17:00

FESTA みなみ風の出演者を募集します。
詳しくは中面をご覧ください。

9月の開館について

祝日開館日　・9月15日（月・祝）10:00~17:00
※振替休館日　9月16日（火）
・9月23日（火・祝）10:00~17:00

FESTA みなみ風　参加者募集

今年度は10月26日（日）にFESTA みなみ風を開催することになりました。以下の通り、参加者を募集します。

① 出演者募集
利用者ステージでパフォーマンスしてくださる方を募集します。音楽は原則1曲までです。希望者は職員までお知らせください。詳しくは職員までお問い合わせください。

②フリーマーケット出店者募集
外のスペースでフリーマーケットを行っていただける方を募集します。当日の運営は全てご自身でお願い致します。詳しくは職員までお問い合わせください。

③つくし合唱団
～練習会～
日　時：9月6日（土）
14：00~16：00
場所：ボランティア室･多目的室
※メンバーも募集中です！！

特別プログラム　ピアカムの活動を知ろう

今回、皆さんにピアカムの活動を知ってもらうため、ピアカムの活動を紹介する説明会を企画しました。
ピアカムメンバーが担当しているピア活動の内容や、ピア活動をしていて良かったこと等を語ります。
「ピアカムで活動をしてみたい」「養成研修に参加しようか悩んでいる」という方はもちろん、
「ピアカムがどんな事をしているのか知りたい」という方も、お気軽にご参加ください。

日 時：9月21日（日）13：30~14：45　場 所：ボランティア室･多目的室
内 容：ピアカムの活動紹介 対象者：みなみ風登録者
申し込み制：定員無し
※説明会の様子はオンラインでカミングでも上映します。

オンラインでカミングからも
説明会に参加できます！

✿ピアトーク　inみなみ風✿

ピアトークとは、ピアカムのピアサポーターと一緒に気軽におしゃべりしたり、悩みを共有したり、 気持ちを伝えたりする語り合いのグループ活動です。思っていることや感じていることをみんなで話したり聞いたりしましょう。

日 時:9月15日(月･祝)13:30~15:00
場 所:ボランティア室･多目的室
内 容:参加者とピアサポーターで、世間話から困りごとまで皆さんから出していただいたテーマで語り合います。
申し込み制:定員6名(先着順)

今月はカミングではなく、みなみ風で開催します

＊9月のカレンダー＊

月	火	水	木	金	土	日
1 ❤：事前申し込み制 △：固定メンバー制	2	3 「つくし」△ 14:00～16:00 職員会議 18:00～	4 休 館 日	5 編み物・手芸 14:00～15:30	6 月に１回カレーの日❤ 10:00～13:00 市民相談❤ 13:00～14:00 つくし合唱団練習会 14:00～16:00	7 清掃ボランティア 10:30～11:00 外出企画 11:30～12:30
8 休 館 日	9	10 「つくし」△ 14:00～16:00 職員会議 18:00～	11 休 館 日	12	13 メイクの時間❤ 10:30～12:00 集い 13:30～15:00	14 キッチン開放日❤ 10:30～12:00 ピア相談❤ 13:00～15:00
15 祝日開館日 ピアトーク❤ 13:30～15:00	16 休 館 日	17 「つくし」△ 14:00～16:00 職員会議 18:00～	18 休 館 日	19 きまぐれ ナイトシアター 17:50～19:30	20 生保交流会 10:30～12:00 作って食べよう!❤ 14:00～17:00	21 しっかり散歩 10:30～12:00 外出企画 12:00～13:00 ピアカムの活動を知ろう ❤13:30～14:45
22 休 館 日	23 祝日開催日 外出企画 1000 円 企画!!❤ 11:00～ 16:00	24 「つくし」△ 14:00～16:00 職員会議 18:00～	25 休 館 日	26 d	27 家族の集まり 10:30～12:00 ピア相談❤ 13:00～15:00 就労ミーティング 14:00～16:00	28 HealAthCLUB 11:00～12:00 グループセッション 14:00～16:00
29 休 館 日	30					

✤市民相談の日✤

当センターには登録をされていない市民の方を対象に精神保健福祉に関する相談をお受けしています。
毎月第1土曜日の開催です。
ご希望の方は事前にご予約下さい。

日 時：9月6日（土）13：00～14：00
場 所：みなみ風相談室
申 込：受付またはお電話でご予約下さい。

✤家族の集まり✤

日頃思っていることや知りたいなと思うことなど、みなみ風でお話ししませんか？気軽にご参加ください。お待ちしています♡

日 時：9月27日（土）10：30～12：00
場 所：ボランティア室・多目的室
※申込は不要です。当日みなみ風へお越しください。

発行：社会福祉法人かむ
相模原市立南障害者地域活動支援センター
相模原市南区南台4-12-54 市営南台団地4号棟1階
TEL（相談）:042-701-3917　TEL（事務）:042-701-3932　留守番電話:042-701-3918
ホームページURL ： https://www.sagami-portal.com/hp/dnt10119/

月に1回カレーの日

「9 月の野菜カレー」

キノコや秋の野菜をふんだんに入れたカレーを作ります!

日時:9月 6 日(土)
10:00~13:00
定員:15 名　費用:400円
予約:電話(留守番電話可)または受付
締切:9月5日(金)20時まで
※それ以降のキャンセルは、費用をいただきます。

キッチン開放日

調理機器の充実したみなみ風のキッチンを活用しませんか。器具の使い方や、食材の切り方などは職員に確認できます。一緒に料理を楽しみましょう。

日 時:9月 14 日(日)

10:30~12:00　予約制!

必要な食材は持参してください。不明な点は職員までお声掛けください。

作って食べよう!

「ロコモコ」

白飯の上にハンバーグ、ソース、目玉焼き。その横にはミモザサラダ。時間をかけてオニオンスープも作ります。みんなで作りましょう!申し込んでください!

日時:9日 20 日(土) 14:00~17:00
定員:5 名　費用:500円
予約:電話(留守電可)または受付
締切:9月 17 日(水)まで
※それ以降のキャンセルは、費用をいただきます。

編み物・手芸

日　時:9月5日(金)
14:00~15:30
場　所:ボランティア室･多目的室
持ち物:かぎ針・棒針・毛糸
(持っていない方にはお貸しします。)
＊初心者の方も大歓迎!!

清掃ボランティア

~南台団地周辺のゴミ拾いをしましょう!~
日　時:9月7日(日)
10:30~11:00
みなみ風受付に集合。雨天時は中止となります。

集い

お気軽卓球

~ラリーを楽しみましょう~
日　時:9月13日(土) 13:30~15:00
場所:ボランティア室･多目的室

†メイクの時間†

テーマを決めず好きなメイクをしましょう。皆様のご参加お待ちしております♪
日時:9月13日(土) 10:30~12:00
場所:ボランティア室・多目的室　定員:4名
持ち物:メイク用品、鏡、等
(感染症対策のため貸し出しは致しません)

きまぐれナイトシアター

「何者」
2016 年制作/97 分/日本
日時　9月 19 日(金)17:50~19:30
場所　ボランティア室･多目的室

力を合わせて、就職活動に挑む 5 人の大学生たちが、自分が"何者"なのかを模索していく姿を描く。
予約は不要です
新しいスクリーンでご鑑賞ください

生保交流会

日 時:9月20日(土)
10:30~12:00
場 所:ボランティア室･多目的室
対 象:生活保護受給中の方
☆健康や暮らし、仕事やマイブームなど気軽に話してみませんか。

しっかり散歩

日　時:9月21日(日)　※雨天中止
10:30~12:00
集　合:みなみ風受付前
当日集まった皆様で行き先を決めます。

就労ミーティング

テーマ「企業が求める人材」を考えよう

日　時:9月27日(土)
14:00~16:00
場　所:ボランティア室･多目的室
対　象:就労中の方、求職活動中の方

外出企画

日 時:9 月 7 日(日)11:30~12:30
:9 月 21 日(日)12:00~13:00
場 所:ボランティア室・多目的室

☆1000 円企画☆

【ガスト＆相模大野 or 淵野辺プラネタリウム】
9月 23 日(火)11:00~16:00
みなみ風 11:00 集合
どちらになるかは 9/7 の外出企画で決めます！！
どちらになっても 1000 円以内で外出します！！
定員:6 名(参加申し込み締切 9 月 21 日(日))
予算:1000 円以内

HealAthCLUB(へらすクラブ)

減らすのは何でもいいです！目標を立てよう！

日時：9月 28 日（日）11：00~12：00
場所：ボランティア室・多目的室

グループセッション

「聞けなかった薬の話 2」

「こころの元気＋」を参考にしながら意見交換します（こころの元気＋とは当事者と専門家の声が掲載されているメンタルヘルスマガジンです）

日時：9月 28 日(日) 14：00~16：00
場所：ボランティア室・多目的室

♪ピアカム ピアサポーター養成研修のお知らせ♪

只今ピアカムでは、「ピアサポーター養成研修」に参加し、ピアカムのメンバーとして活動して頂ける方を募集しています。「ピアサポーター養成研修」とは、新規でピアカムのメンバーになりたいという方の養成と現在活動中のピアカムメンバーのフォローアップのための研修です。ピアサポーター養成研修を修了した方が、ピアカムのメンバーとなり様々な活動をしています。

～ピアサポートグループ ピアカムとは～ 当事者が自らの体験を生かし支え合いの活動をするグループです。カミングやみなみ風を拠点に「メンバー同士の話し合い」、「面接・電話相談」、「文通」、「語り場」、「講演会等講師」など 様々な活動を行っています。

【ピアサポーター養成研修日程(全4回)】
①10月3日(金)13:30~15:30 会場:カミング
②10月17日(金)13:30~15:30 会場:カミング
③10月21日(火)13:30~15:30 会場:カミング
④10月29日(水)13:30~15:30 会場:みなみ風

【研修内容】
ピア活動をする事で得られること、ピアサポーターの役割、実際の活動に必要なスキルなどについて学びます。

【対象者】
・カミング及びみなみ風利用対象者
・研修の全日程に参加する意思のある方
・研修終了後、ピアカムのメンバーとして活動する意思のある方

【申し込み】
カミングまでお申し込みください。※連絡先042-759-5117
研修初日までの間に事前面接を行います。 **締め切り：9月22日（月）まで**

✤ピア相談✤

ピア相談では、同じ悩みや病気を持つピアカムメンバーが相談室で皆さんのお話を聞きます。
どなたでも気軽にご相談ください。

相談日 ：1回目 9月 14 日（日） 2回目 9月 27 日（土）
時 間 ：13：00~15：00 **※予約枠は1日3枠となります。**
① 13：00~ ②13：40~ ③14：20~ **（相談時間は 30 分程度です）**
場 所：みなみ風 相談室1 **申込方法**：電話または当日受付へお申し込み下さい。

＊ピアカムメンバーは電話相談も受けています＊ ☎090−2535−5925
受付時間：火曜日・金曜日 17：00~19：00（相談時間30分）