

# ちいきかつどうしえんせんたー 地域活動支援センターえどがわ とは？

心の病を抱えながら地域で生活している方々が、自分らしく豊かな生活を送れるよう下記のことを行っています。

## せいかつしえん 生活支援

生活する上でお困りのことに対し、一人ひとり個別で支援（助言・情報提供・同行・訪問など）をしています。

## そうだんしえん 相談支援

面談・電話で相談を受けています。生活相談から精神的ななやみまで幅広く伺い、当センターができることを支援しています。

## こうりゅうしつ 交流室

友だちをつくりたい、のんびり過ごしたいなどお気軽に利用できるスペースを開放しています。イベントやプログラムも行っています。

## しゅうろうしえんじぎょう 就労支援事業

就職を希望している方へ、応募書類作成や面接同行など個別に必要な支援をしています。

担当：岡

## きょじゅうしえんじぎょう 居住支援事業

江戸川区内での引越を希望されている方へ、おうち探しや荷造りなど必要なサポートを行っています。

担当：清水

## けいかくそうだん 計画相談

福祉サービスを利用したい方へ、申請にかかる計画作成やマネジメントを行っています。

担当：小林

## ばしよとれんらくさき いきかた お問い合わせ先 ・ アクセス

〒132-0031

東京都江戸川区松島 3-46-10 かとりコーポ 101

TEL : 03-5879-0708 / FAX : 03-3655-9393

URL : <http://npo-tsubomi.com/edogawa>



しんこいわえき あるいて ふん  
新小岩駅から徒歩 15分

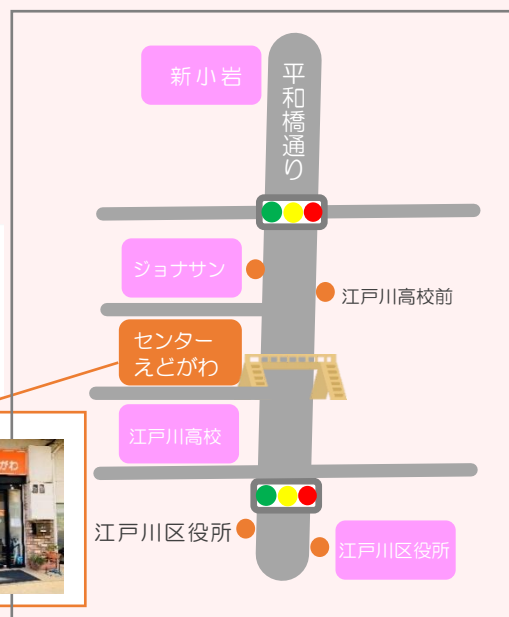
と しんこ しんこ  
都バス 新小21・新小22



えどがわこうこうまえ おりてから あるいて ふん  
「江戸川高校前」下車 徒歩 1分

と にしき  
都バス 錦27

えどがわくやくしまえ おりてから あるいて ふん  
「江戸川区役所前」下車 徒歩 5分



## わたしの推し

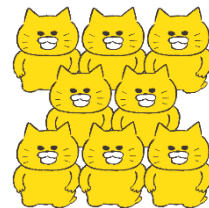


スタッフから毎月自分の推しをご紹介します♪

皆さま/ラネコぐんだんをご存じでしょうか？

工藤ハコさんの描いた 8 匹のにゃんこたちが繰り広げる大騒動！ドリフのような待ってましたの展開に毎度笑ってしまいます(▽▽)ユニークなキャラクターだけでなく、出てくる食べ物がまたおいしそう☆私の中では以前ご紹介させて頂いた「パンどろぼう」と双璧をなす、大人も楽しめる絵本だと思います♪いつかセンターの絵本の回にも「ぐんだん」が現れるかも…

## 『ラネコぐんだんシリーズ』



# つぼみだより

## 2025年2月号

### 2月開所予定・センターからのお知らせ

かいしよじかん

#### 【開所時間】

こうりゆうしつ

でんわそうだん

交流室 10:00~17:30 電話相談 10:30~16:30 ※木曜午後の電話相談再開してます

#### 【休館情報】

- 2月13日(木)…交流室・電話相談ともに1日閉館
- 2月22日(土)…交流室1日閉館・電話相談は10時半~12時まで実施

つぼみだよりはセンターえどがわのHPからも観れますよ



#### 【お知らせ】

- 住所や連絡先が変わるなど利用登録情報に変更ができた際は、所定の変更届の提出をお願いします。

日	月	火	水	木	金	土
						1 ぱとろご倶楽部
2	3	4	5 ラジオ体操	6 ぱとろご倶楽部	7	8 認知行動療法
9	10	11 建国記念日	12	13 ※休館情報参照	14	15
16	17	18 特別茶話会	19 ネイル作り	20 ぱとろご倶楽部 絵本の回	21 Akiプログラム	22 就労ピア ※休館情報参照
23 天皇誕生日	24 振替休日	25	26 つぼみーず	27 ぱとろご倶楽部	28	

※プログラムの時間、内容等詳細は裏面のプログラム紹介をご確認ください

#### はるさきど すぷりんぐかふえたいむ 春先取り! スプリングcafé time

とくべつさわかい  
※特別茶話会

2/18(火) 14:00~ 参加費: 交流室利用料 100円のみ

センターえどがわに春を告げる手紙が届きました。みなさまにお馴染み?!志村さん佐藤さん岡さんからです。さて、手紙の中身はどの様なものでしょうか? 本人たちに語ってもらう時間を作りました。みなさまのご参加をお待ちしています。



#### こうしきえつくす 公式 X

臨時休業のお知らせやプログラム紹介などアップしています

是非フォローして  
ください



# こんげつ ぶろぐらむ しょうかい 今月のプログラム紹介

ご参加の際はご来所か専用回線(03-5879-6744)でお申し込みください

**ネイリストとチップ作成** 2/19(水)14:00~15:00 参加費:500円(交流室代含む)

心そのままにお花も動物も自分の好きな絵を好きな色で描いてみましょう。

ネイリストがそばでアドバイスしますので安心して受けることができます。



**シークレットラジオ体操** たいそう 2/5(水)午前 参加費:交流室利用料100円のみ

交流室で突然始まるラジオ体操の音楽と映像。手足を伸ばせば心身ともにちょっとすっきり!

**認知行動療法グループセミナー** にんちこうどうりょうほうぐるーぷせみなら 2/8(土)14:00~ 参加費:300円(交流室代含む)

今回は『心の整理図』。ざわざわした心の状態を軽くする方法を伝授します。心軽やかに楽しい春を満喫しましょう。

**AKI'sプログラム** アキぶろぐらむ 2/21(金)14:00~ 参加費:300円(交流室代含む)

今回は『アロマと手の治療力で Happy に💎』。頭、目、耳を中心に軽い力で温め、たのしくほぐしましょう。心身の免疫力アップ。元気を習慣に、風邪をひかない体質へ💎

**就労ピア** しゅうろうぴあ 2/22(土)10:30~12:00 参加費:無料 場所:natura なちゅら

一人で抱え込まず、話を、意見を聞いてみよう。今月のテーマは『人間関係を上手にするコツ』。対人関係の良し悪しは会社生活の良し悪しを決めると言っても過言ではありません。上手くやるコツを共有しましょう。

**絵本の回** えほんかい 2/20(木)14:30~ 参加費:交流室利用料100円のみ

“おとなのよみきかせ”ゆったり時間を一緒に。「ノラネコぐんだん おすしやさん」「さかなくん」の予定です。

**つぼみーず** 2/26(水)13:30~ 参加費:交流室利用料100円のみ

敷地内の花壇でガーデニングをします。草取りや栄養剤注入を行うゆったりタイム。美しく育てましょう。

**利用者さん主催のサークル『ぱとろご倶楽部』** りようしゃがやってるとさーくる 参加費:交流室利用料100円のみ

自由な勉強サークルです。基本的には時事問題や文化、歴史などの話をしますが、テーマは決めたり決めなかったり。世間話や談話を楽しみたい方も気軽に立ち寄ってみてください。テーマは別途提示します。

2/1(土) ➡10:30~12:00 / 2/6(木)・2/20(木)・2/27(木) ➡13:00~14:30

**利用者さん主催のスポーツサークル『ハッピースポーツ!』** りようしゃがやってるとすぽーつさーくる 参加費:100円

初心者、見学希望者大歓迎!参加の際に履き必須です。

【松島コミュニティ会館】1/11(土)15:00~16:00

【センターえどがわ】1/11(土)15:00~16:00(運動は行いません)

今月の活動はお休みします



## 利用者さんコーナー

### クリスマス会 2024.12.21.

毎年恒例のクリスマス会。今年は、土曜日に開催して頂いたので、仕事をしている私でも参加させてもらいました。スタッフや利用者さんのクリスマスのコスプレ、実習生さんの即興劇、ビンゴ大会、おいに盛り上り楽しい時間は、過ぎていきました。スタッフ、利用者の皆さんありがとうございました。また来年も参加させて頂きたいと思えます。お世話になりました。

エドトラ



### ナチュラ祭り 2024.7.27.

初めて、就労移行ナチュラさんに行ってきました。今回はセンターえどがわさんの主催だったので楽しみに行きました。久しぶりにイベントでタイピングなどに挑戦してみました。良い体験ができました。ナチュラさんの職員さんとの交流もできたので楽しくできました。また機会があれば参加したいと思います。

Y.T

つぼみだよりでは、皆様からの作品をお待ちしています。文章や写真、絵など発表したいものがあれば職員までお知らせください。また、ご感想も是非お寄せください。



## スタッフコーナー

### 今月は『わたし達はなぜ LOVE 企画をしているのか』

平成 21 年の開所以来、就労支援を行ってきた当センター。利用者からは「就職できれば昔みたいな生活・イメージした人生になると思っていたのに、実際には違かった」といった声が時々寄せられはじめた。週末にがんばった疲れや孤独を癒されたい。恋人がほしい、結婚したい。制度や施策は変わっていくけれど、ひとりひとりが願う人生はまだ叶わないとの声たち。LOVE 企画(出会いパーティ)の初回開催は平成 25 年。初回を開催するにあたり、内外からの懸念の声も多くあった。恋愛は時に苦しく、乱れたり病状悪化につながるのでは、と。それでもコラボしてくれる団体との出会いと複数の協力者により初回を迎えた。その後も様々な声が寄せられる。結婚、出産、子育てがどれだけ大変で難しいか。性的マイノリティの方との出会い等など。「好きになれない自分を、誰かに好きになってもらって埋めようとするのではなく、もっと自分を好きになれるはず」と伝えながら向き合ってきた。病気や障がいでも自分を、未来を諦めないでほしい。恋愛や「普通」を推奨しているのではなく、「あなたにはこんなに魅力がある！」と自分で気づけていない魅力を引き出す機会・切り口として LOVE 企画を続けている。好きな気持ちで突然何かを越えられることがある。あの爆発力はすごい。昨今の出会いに関する不安な状況の中、少なくとも私たちが開催することで安心を担保したい。興味があるならば、痛みや悪化を怖れず、体験・体感してみたい。私たちつぼみはこれからも続けていく。やる意義はやっていくことでしか伝えられない。 志村 優子

natura ではプログラムとして、先日障害者雇用マッチングフェスタに行きました。たくさんの会社が参加する合同面接会と職場体験実習面談会が一緒に行われていました。

スーツ姿の求職者や面接に同行する支援者、熱く語っている会社の人事の方など、その場は真剣勝負そのものでした。身の引き締まる思いとともに、利用者の皆さんが面接を受ける時には、その人らしさが出る面接になるように、準備していきたくと改めて感じました。

はたらく 自然なこ natura 就労移行支援事業所 ナチュラ natura  
江戸川区中葛西 2-8-3 1F

都バス錦 25・平 23「新川橋」下車

☎ 03-6808-5291