

飾らないあなたが魅力

墨子

桂冠詩人の言葉より

一日一日、一瞬一瞬に勝負がある。
今を勝つことが、一切の勝利の出発点だ。
今いる場所で勝利を飾るのだ。

リンちゃんちのパパ

(前号からの続き)

自分に強く本当の正しさを持つように
解らしめていく言葉がなくては
自分は駄目な人間なのだという強迫観念が
心を締める割合が多く
幻聴とは私の強迫観念の代弁者で
もう一人の私が許せないことを
幸せを感じはじめた自分を
貶めるかのように
言葉で迫る
私は幻聴に試されて
自分の自我の在り方が
まだまだ貧弱だと知るのです

幻聴よりも信じられる世界を
内面にもつことが
私に命があることの恩返し

実月

仏の顔も二度、三度
看護師は、病人にとって現場の神なのか？
定かではないがそう思うならそう思っても
良いし、そう考えても良い。
医師は命を守ってクレル。仏様ではないの
か。
現場では、薬が発達してこれたので、
医師は薬師如来に成れる様に六年間かけて
医師国家試験にパスしなければならない
し、軽くパスできない様ではもともと取れな
い。
先生としてやっていくには、喫煙しちゃ、
おわり。
有難鯛、有難鯛、医師の一言を真摯に受け
とめ、完治できる様に、
付き合っていかなければならない。

p.n.しーそー

ボランティアさんご紹介

秋たけなわの頃、いかがお過ごしですか。今年のプラッツ通信3月号のなかでプラッツの外出プログラムなどに参加されているボランティアさんをご紹介しました。今月号ではパソコン塾で活動されているボランティアさんをご紹介します。

ープラッツでボランティア活動を始めたきっかけはなんですか？

「15年前、友達の集まりの中で職員の尹さんよりPC塾の先生を探しているとの相談があり、当時の職場で総務として新人にパソコンの基礎研修をしていたことや、プラッツが家から比較的に近いこともあり、一度やってみようと思ったのがきっかけです。」

ープラッツでの最初のボランティア活動や、プラッツの第一印象について教えてください。

「PC塾の先生としてパソコンやWord、Excel、インターネット等に関するご質問やご不安な内容にお答えしています。職場ではある程度決まった内容を教えていたため、最初は受講者様からどのような質問があるのか分からず不安でした。即座に回答できない質問はその場で調べることもありましたが、皆さんがお優しく聞いてくださるのでとても教えやすかったです。」

ー長らくボランティア活動を続けていらっしゃいます。活動を続けるうえで工夫していることはどんなことですか？

「以前は月1回でしたが、職場と生活のリズムが変わり現在は2ヶ月に1回で活動しやすい範囲でしています。コロナ禍は一時的に自宅からリモートでPC塾を開催することができ、活動が続けられてよかったです。また、職場でもパソコンに限らずスマホやタブレット、SNS等についても聞かれることが多く、調べるのが好きなので新しい情報は色々調べています。」

ーご趣味はどんなことですか？

「コロナ禍以前は年に1回は海外旅行に行くのが趣味でした。最近は国内旅行に行っています。去年は大分と大阪に行きました。あと「エキタグ」というアプリで駅のデジタルスタンプを電車の乗降時や、ウォーキングついでに駅に立ち寄り収集しています。」

ープラッツメンバーの皆さんへひと言メッセージをお願いします。

「もしパソコンの使い方やインターネットで調べ方が分からない等ご不安なことがあれば何でもお気軽にご質問ください。今後ともよろしくお願いいたします。」

2020年のコロナ禍、プラッツのプログラムは一時休止を余儀なくされました。そうした状況のなか、皆さんにご協力いただき2021年10月にリモートで再開したプログラムがパソコン塾でした。とてもうれしかったことをおぼえています。長きにわたりプラッツの活動を支援してくださり本当にありがとうございます。これからもどうぞよろしくお願いいたします。

地域生活支援センタープラッツ 角谷敦子

社会福祉法人はらからの家福祉会

地域生活支援センタープラッツ

《住所》 国分寺市南町3-4-4

《相談TEL》 042-359-2440

《HP》 <http://harakaranoie.com/>

《開館日》 月・火・木・金・土・第1・3日曜日

《休館日》 水・第2・4・5日曜日・祝日

《開館時間》 10時～19時(午後7時)

《来所・電話相談》 10時～19時(午後7時)



地域生活支援センタープラッツ

2025 年  【月間予定表】



日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
国分寺まつり 交流室閉所 (相談電話のみ)	休館日 文化の日		休館日	Platz Entertainment 14:00~15:00		
9	10	11	12	13	14	15
休館日		お茶会 PMK 14:00~15:00	休館日			フラッツ通信 投稿メ切り
16	17	18	19	20	21	22
	カラオケ 14:00~15:30		休館日		ミュージック アワー 16:00~17:00	
23	24	25	26	27	28	29
休館日 勤労感謝の日	休館日 振替休日	詰め会 14:00~15:00	フラッツ 文化祭	交流室 17時 閉館		
30	お知らせ ・10/27(月)~11/11(火)の間、精神保健福祉実習の実習生が2名入ります。ご協力よろしくお願い致します。 ・11/2(日)は国分寺まつり参加のため、交流室は閉館、相談電話のみの開所となります。国分寺まつり(会場:武蔵国分寺公園)でもお待ちしております！ ・11/27(木)は、法人理事会開催のため、交流室は17時で閉館となります。					
休館日						

～職員の一言～

記念すべき 300 号を越え、今後も休刊なく行けるところまで行こうと思います。
11 月は第 4 回プラッツ文化祭！！どうぞお楽しみに(^_-)-☆

<Platz Entertainment (番外編)>

～身近な防災について考えよう～

- ◆日時:11 月 6 日(木)14:00~15:00
- ◆内容:地震、火事、水害、、災害への対策は、日ごろの準備や備えが大切といわれています。普段、皆さんはどんな備えをしていますか？
避難場所はどこ？どこで情報を得ればよい？どうやって自分の無事を伝える？薬は大丈夫？どこを頼ればよいの？などなど、メンバーやスタッフで情報やアイデアをシェアする時間にしたいと思います。あまり詳しくないという方も、自分も持っている方法をほかの人に伝えたい！という方も、お気軽にご参加ください♪

< カラオケ > **要予約**

- ◆日 時：11 月 17 日(月)14 時～15 時半
- ◆場所：プラッツ交流室
- ◆定員：6 名
- ◆申込締切：11 月 14 日(金)19 時まで
(歌わないけれど参加したいという方も、予約をお願いします。)
- 感染対策のため、プログラムの時間、交流室はカラオケプログラムに参加する方のみの利用になります。**

<10 月の PMK 報告>

職員より、

- ・国分寺まつりのお知らせをしました。プラッツは飲み物の販売をします。
- ・プラッツ文化祭、展示作品の募集のお知らせをしました。左記やチラシもご覧ください。

メンバーからの提案等は、今回はありませんでした。



プラッツ文化祭

日時：11 月 26 日(水)11:00~16:00
場所：プラッツ交流室

今年も例年同様、作品展示とパフォーマンスの 2 本立て！
思い思いの創作作品やパフォーマンスをお楽しみください。

～☆☆ 展示作品 募集中 ☆☆☆～
展示作品（絵画・詩・写真・映像など）を出品希望の方は、
11/14(金)までにスタッフへお伝えください。
※作品の持参は11/4(火)～14(金)の開所時間をお願いします

～*～*～*～*～*～*～* 定例プログラム ～*～*～*～*～*～*～*

要予約		・13:20/14:00/14:40/15:20/16:00 (1 回 30 分×5 枠)
PC 塾 (野田先生)	-	・申込締切は、前開所日の 12 時半、空きがある場合は当日申込みも可能)
☆お茶会	11/11	・14:00~14:45
☆PMK	11/11	・14:45~15:00、プラッツメンバーミーティング
Platz Entertainment	11/6	・14:00~16:00、外出プログラムは 3 名以上で実施
☆ミュージックアワー	11/21	・16:00~17:00、皆で音楽を楽しみましょう♪鑑賞のみの参加 OK です、 流したい CD、カセット、レコード、スマホ、MP3 プレーヤー等があれば持参
要予約		・17:00~18:30、参加費 400 円前払い
プラッツ カレーの会	-	・申込締切はプラッツ通信でお知らせ
要予約	11/17	・14:00~15:30、定員 2~6 名
☆カラオケ		・申込締切はプラッツ通信でお知らせ
詰め会	11/25	・14:00~15:00、正式名称「プラッツ通信詰め詰め CLUB」
・「☆」のプログラムは、2 名以上で実施します。 ・年次プログラムについては、随時通信でお知らせします。		