

せせらぎ

地域生活支援センターせせらぎは、心の病を抱えた方が地域で孤立せず、安心して自分らしくいきいきとした生活を送れるように支援するところです。継続利用をしていただくには登録手続きが必要となります。お気軽にお越しください。

平成31年3月号

NO. 209

発行：中野区精神障害者地域生活支援センター（受託運営 NPO 法人リトルポケット）
中野区中野 5-68-7 中野区社会福祉会館6階 TEL 3387-0993《相談専用》
3387-1356《初回相談専用》 3387-1326《事務用、夕食会予約》
せせらぎホームページ <http://littlepocket.org/seseragi.html>
<http://www.city.tokyo-nakano.lg.jp/dept/404500/d001985.html>

利用者アンケート集計報告（抜粋）

1月に実施いたしました、利用者アンケートの集計報告をさせていただきます。ご協力いただきました皆さん、ありがとうございました。

◆職員の話し方や接し方はいいですか

はい：94.8% いいえ：5.2%

◆せせらぎに苦情窓口があることをご存知ですか

はい：65.7% いいえ：34.3%

◆せせらぎに対する要望を職員に気軽に話すことができますか

はい：83.5% いいえ：16.5%

◆オープンスペースは利用者同士の交流に役立っていますか

はい：68.0% いいえ：32.0%

◆相談電話は利用しやすいですか

はい：48.4% いいえ：51.6%

◆せせらぎを総合的にみて、どの程度満足していますか

大変満足：25% 満足：61%

◆プログラムや講座の内容に満足していますか

はい：82.3% いいえ：17.7%

どちらともいえない：11%

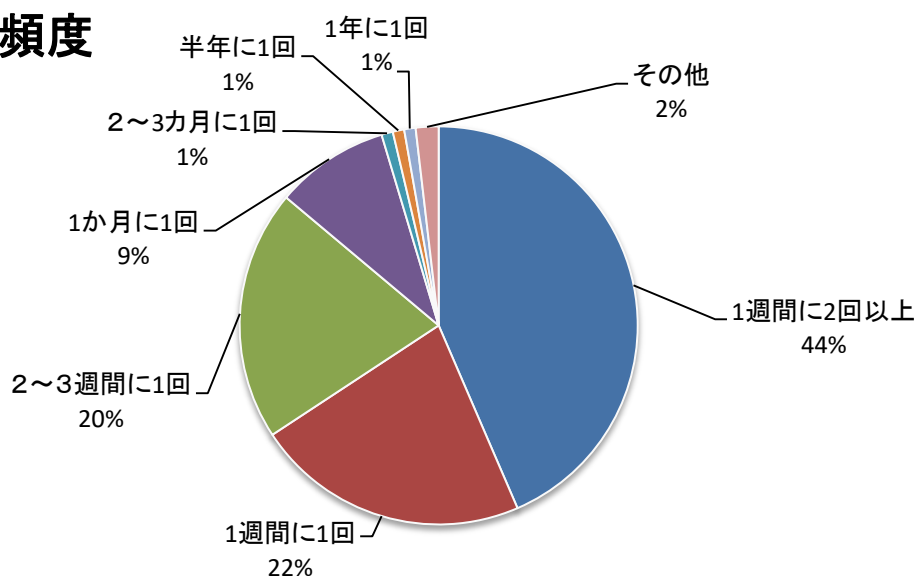
不満：2% 大変不満：1%

◆職員はあなたの問題を一緒に考えてくれますか

はい：90.0% いいえ：10.0%



利用頻度



回答数108

- 1週間に2回以上
- 1週間に1回
- 2~3週間に1回
- 1か月に1回
- 2~3か月に1回
- 半年に1回
- 1年に1回
- その他

2019年2月のせせらぎ

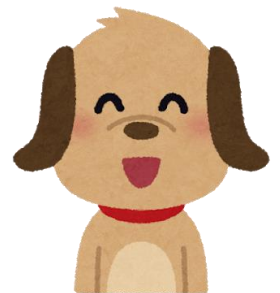
利用者アンケート、自由記述欄(抜粋)

◆今後せせらぎに求めるサービスがありましたら、ご記入ください。

- ・緊急でTELした時、つながることが少ないのが残念です。
- ・通路がだいぶ良くなったので（ニオイ）オープンスペースの上履き周辺のニオイがもう少し改善されることを願います。
- ・皆さんお忙しい中、相談にのって下さり感謝しております。スタッフさんの数が限られているので話をアポなしで聞いていただくのに難しいところが少し残念ですが満足しています。
- ・電話がつながらないので改善されるとありがたいです。オープンスペースにスタッフの人が入ってくれるといいなあーと思います。
- ・静かに本を読めるスペースがあったらよいと思う。職員の方の名前がわからないので名札を付けて下さると助かる。
- ・ピア活動に参加したいが時間が遅い。もっと早い時間にしてほしい。 など

◆日ごろお感じになっていることの中で、ご意見・ご要望があればご自由にご記入ください。

- ・平和がいい。大きい音大きい声は怖い。
- ・いつも親身になって一緒に考えて下さって有り難うございます。
- ・おしゃれにするのはいいが花などジャマ。使っていない物はひっこめてほしい。
- ・若い子も気軽に使える環境になればいいなと思っています。
- ・フリースペースが騒がしい。
- ・空気が悪いので入れ替えをたまにしてほしい。 など



～ご協力ありがとうございました～

ピア



放っておくと人としゃべる機会がない。かと言ってフリースペースは苦手。ピアの時間はそんな人にオススメです。無理に話す必要はないし、みんなが平等に話せるように工夫しているので、引っ込み思案の人でも安心。人の話を聞いていると、自分も話してみたいくなります。特に、毎月第一火曜にやっているピアカフェは参加しやすいです。ピアカフェではみんなで話すテーマを決めて、そのテーマについて話しています。話すテーマは「薬の副作用」から「好きなお菓子」まで様々。よかったら来てみませんか？

書き手：常連のS

講座



2/21（木）に「そろそろ、くるかな？親の介護」講座を行いました。親の介護については、せせらぎのメンバーの中からも相談件数が増えておりました。中野包括支援センターの梅原さんにお話ししていただきましたが、柔らかい人柄とユーモアを交えた話し方で、あっという間の1時間半でした。参加者からは、「自分の住んでいるところの地域包括支援センターがどこなのか初めて知りました」などの感想をいただきました。今年度の講座は今回で最後となります。今後ともせせらぎ講座をよろしく願いいたします。



2019年3月



月	火	水	木	金	土	日
	11:30~19:30	11:30~19:30	11:30~19:30	13:00~20:30	10:00~17:00	10:00~17:00
休 館	◇レディースルーム： (火)(木)(金)の15:30~19:30の時間は、 交流室の一部が女性優先になります。 ◇利用時間内は、オープンスペース・電話相談・ 面接の相談が利用できます。 ◇通所事業：利用申し込みが別途必要です。 ◇心の相談室：毎週(水)(土)予約制です。 ◇フリーインターネットパソコン：常設しています。			1 夕食会 「ちらし寿司」 16:30まで受付 参加費300円	2 心の相談室 (予約制) 通所事業(木工) 13:30~	3
休 館	5 通所事業(革工芸) 13:30~ ピアCafé 16:30~	6 心の相談室 (予約制) 自主サークル活動 「インディアカ」 13:30~	7	8 夕食会 「ホイコーロー」 16:30まで受付 参加費300円	9 心の相談室 (予約制) 通所事業(木工) 13:30~	10 単身生活サポート プログラム 「お寿司と お掃除相談会」 12:00~ 参加費:300円
休 館	12 通所事業(革工芸) 13:30~ パソコン教室 (予約制) 13:30~ 避難訓練 15:30~ ピア学習会 16:30~	13 心の相談室 (予約制) せせらぎ運営会議 16:00~ 場所 オープンスペース	14 全体ミーティング 13:30~	15 夕食会 「魚定食」 16:30まで受付 参加費300円 (食後、翌月のメニ ューを決めます)	16 心の相談室 (予約制) 通所事業(木工) 13:30~ 健康ストレッチ 11:30~	17
休 館	19 通所事業(革工芸) 13:30~ ピアミーティング 16:30~	20 心の相談室 (予約制) 自主サークル活動 「パドルテニス」 13:30~	21 春分の日 お休み	22 女性プログラム 「哲学堂に梅を 見に行こう」 13:30~ 参加費：無料 夕食会 「豚汁」 16:30まで受付 参加費300円	23 心の相談室 (予約制) 通所事業(木工) 13:30~ 四葉食堂 (予約制) 15:40~	24 ピアカウンセリング 14:00~ 16:00 ※予約制 (ピアスタッフに による面接です。)
休 館	26 通所事業(革工芸) 13:30~ パソコン教室 (予約制) 13:30~ ピア学習会 16:30~	27 心の相談室 (予約制) グループカウンセリ ングR 14:10~	28 せせらぎ ティータイム 14:00~ 無料です	29 夕食会 「豆腐ステーキ」 16:30まで受付 参加費300円 働く人のお話し会 (予約制) 19:30~	30 通所事業(木工) 13:30~	31