



# エールしながわ通信

2024年7月号

## エール農園報告

5月に植えたエール農園の野菜たち(6月号参照)も、利用者さんの水やりや追肥、雑草取りのおかげもあり、すくすくと育っています。ゴーヤや西瓜、朝顔などのつる性の植物やサツマイモなども大きく成長しています。先日は、間引きもかねて、ラディッシュやパクチーを収穫。新鮮無農薬のお野菜。皆さん、サラダなどで初収穫のお味を堪能されたとのこと。



## ヨガ体験イベント開催!

6月5日は、西大井ほっとサロンにて、ヨガサロンを主催されている、狩野直美さんをお迎えして、利用者の皆さんら合計4名でヨガを体験!少しハードなものから、リラクゼーション効果が得られるものまで、様々なポーズを体験しました。参加者の皆さんからは、「集中して取り組めた」、「リラクゼーションのポーズは入眠前に良いかもしれない」などの感想をいただきました。

## 6月の社会体験

今月も他部署の軽作業や就労継続支援 B 型事業所での公園清掃などのほか、折り鶴やオーナメントづくり、ご協力いただいているコンビニでの売り場づくりや近隣自治会の清掃活動などを行いました。職員や他の利用者さんとお話しながら、それぞれの特性や得意分野、持ち味を活かしていただくプログラムです。

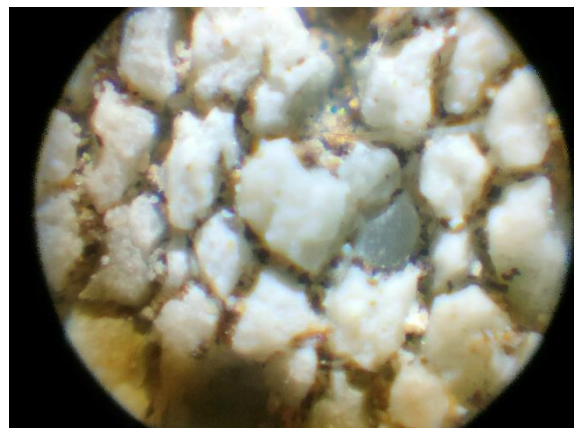
## 家族懇談会

6月15日に実施。東京公認心理師協会の方をお迎えし、9名のご家族や当事者の方の参加がありました。近況報告やお悩み相談、専門家、家族、当事者目線によるアドバイスなどがなされました。次回も、皆さんのご参加をお待ちしております。

## <エールしながわクイズ>

「こちらの画像は、エール農園にある何かを顕微鏡で拡大したものです。そのあるものとはなんでしょうか？」

※答えは、裏面下



# ひきこもり学習会

◆原則：奇数月第2金曜日 午後6時半～午後8時

日時	テーマ	講師
7月12日(金)	笑顔が見える整理収納術 ～居心地の良い環境づくり～	整理収納アドバイザー GLAN 代表 村橋 りえ 氏
9月6日(金) ※今回は第1金曜日です	成年後見制度について	品川成年後見センター 主任 佐々木 優 氏

## 家族懇談会

ひきこもりほっとたいむ「エールの会」

◆原則：毎月第3土曜日 午後1時半～午後4時

日時	テーマ	講師
7月6日(土) ※今回は第1土曜日です	自由懇談・ 近況について	楽の会リーラ 協力カウンセラー 廣井 いとゑ 氏
9月14日(土) ※今回は第2土曜日です	自由懇談・ 近況について	ライフプランニング・リレーションズ 代表 阿部 達明 氏

会場：品川区社会福祉協議会  
3階会議室  
(品川区大井1-14-1 大井一丁目共同ビル)

※会場変更の際は、当日、建物内に掲示します  
※中止の際は、HP・Facebookにてお知らせします  
「品川区社会福祉協議会」で検索ください



### ～エールしながわの若者等社会参加支援事業とは～

品川区社会福祉協議会では、品川区からの委託を受け、ひきこもりのことで悩みを抱えるご家族やご本人の社会参加を応援しています。外出したくても思うようにできない。働きたくても働けない。自信を喪失したり、生きづらさを感じている方の相談事業を行っています。家族懇談会や学習会も開催しています。

対象者：ひきこもり等で、社会に出るきっかけを探しているおおむね 15歳から49歳までの品川区在住の方  
問合せ：品川区社会福祉協議会「エールしながわ」

品川区大井1丁目14-1 大井1丁目共同ビル2F ☎03-5718-1273