

地域活動支援センターⅢ型 茶の間トミー

広報誌 No.7

登録者数 (平成 31 年 4 月末現在)

登録者数	男性	女性
48 名	22 名	26 名

館山市	南房総市	鋸南町	鴨川市	君津市	千葉市	袖ヶ浦市	木更津市	その他
29 名	9 名	1 名	1 名	2 名	1 名	1 名	1 名	3 名

平成 31 年 4 月 1 日～平成 31 年 4 月 30 日

延べ利用者数	153 名
--------	-------

館山市出前講座

5/7 (火) 悪徳商法にご用心

架空請求、携帯電話・インターネットトラブル、悪質商法などについて、館山市社会安全課の職員さんにわかりやすく説明してもらいます。

6/7 (金) 生活習慣病予防

生活習慣病は、日頃の不健康な生活習慣の積み重ねによって起こる病気です。生活習慣病にならないように、館山市健康課の職員さんと一緒に、自分の生活習慣を振り返ってみましょう。

ぜひ、ご参加ください！



プログラム紹介

●就労準備・就労定着グループワーク

～すてっぷあっぷ～

長くお仕事を続けるために、病気や障害と上手につき合うコツを、グループワークを通じて、意見交換をしてみませんか？

ハローワーク館山・茶の間トミーが合同で、精神障害・発達障害をお持ちの方を対象に、就労支援のグループワークをおこなっていきます。就労に関する悩みや不安を、ひとりでは抱え込まず、みんなで解決策を探していきましょう。

対象者：精神障害、発達障害をお持ちの方

主治医に就労可能と言われてる方

現在就職活動されてる方、または既に就労されてる方

●ストレス発散

ストレスのメカニズム、ストレスが体に及ぼす影響などを勉強して、発散方法をみんなで考えていきます。

月 1 回の定期開催を予定しています。

●おにぎりの日 (調理) 11:00～12:00

前回、参加された方からは「普段は作らないから、たまには自分で作るのも良いかなあ」との感想でした。皆さんも、おにぎりを作ってみませんか！



お知らせ

5/21 (水) 心のふれあいフェスティバル

@千葉中央公園 参加に伴い 茶の間トミー (地域活動支援センター) はお休みとなります。