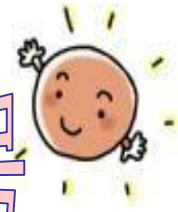
精神保健センターえきや 機関紙

vol.204
～2025年2月号～

ひなたぼっこ 特大号



医療法人社団緑誠会
精神保健センターえきや
地域生活支援センター
「ひだまり」
TEL.084-977-1200
障害福祉サービス事業所
「うらら」
TEL.084-977-1201
〒720-1147広島県福山市
駅家町向永谷304－1
FAX.084-977-1201

ごあいさつ

新年あけましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

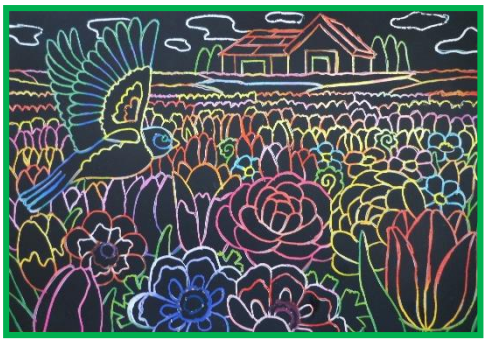
2025年は巳年。更に、十干と組み合わさった干支でいうと「乙巳（きのとみ）」で、60年に一度しか巡ってこない特別な年です。成長の兆しを表す「乙（きのと）」と、発展や転換を象徴する「巳（み）」が組み合わさる2025年は、努力を積み重ね、変革に挑戦する年とされています。

今年は、以前より社会保障費の増大や働き手不足等の課題等、いわゆる『2025年問題』と言われてきた年であり、戦後80年となる等、節目を迎える年でもあります。

世界情勢や景気等、私たちをとりまく社会や生活環境には、様々な影響があるかと思いますが、私たちは今できる事を積み重ね、現状やニーズをしっかりと踏まえ、新しい情報や考え方を取り入れながら資質向上できるよう、務めてゆきたいと思います。引き続きご支援ご協力を賜りますよう、よろしくお願いいたします。　（精神保健センターえきや職員一同）

投稿作品コーナー♪

今回も力作ぞろい！感想をお聞かせください！皆さんの投稿をお待ちしています！



アート
「幻想組曲
バラに寄せて
この香りが
あなたに
届くように」
by ユア

スクラッチ
アート
「花畑＆アン
ドーナツ
ビル畑」
by S•Y

茶話会
「Xmas会
Xmasリース」
by k

ひだまり通信

今回は「計画相談支援」の内容についてです。

ひだまりは、「計画相談支援」を行っています。
相談支援専門員と一緒に、「障がい福祉サービス」（ヘルパーや作業所など）をどのように利用していくか（内容や目標など）を話し合い、利用の際に必要となる「サービス等利用計画」を作成します。

利用開始後は、一定の期間ごと（毎月・3ヶ月・6ヶ月など）に、相談支援専門員と一緒に、利用状況の振り返りを行います。（『モニタリング』といいます）

また、サービスの追加や変更の際には「サービス等利用計画」の変更も必要になります。

「サービス等利用計画」の作成については、相談支援事業所の「計画相談支援」だけでなく、利用者自身で計画を作成する事も出来ます。（『セルフプラン』といいます）
「計画相談支援」の利用者の費用負担はありません。

地域生活支援センターひだまり
（相談支援事業 ： 指定特定・指定一般）（地域活動支援センター事業）
☎084-977-1200　（月～土 9:00～17:00）

うらら通信

今回は「うららの冬の過ごし方」についてです。

うららの年末年始は、恒例の「大掃除」から始まります。
日ごろも共用スペースを当番制で掃除をしていますが、
大掃除では改めて隅々まで行い、更にピカピカになりました♪

皆で飾り付けしたクリスマスツリーで玄関が華やかになり、
Xmas会では、ハンドベルの演奏をしたり、プリンを楽しみました。

元旦には近くの神社へ初詣に行き、1年の安寧を願いました。
その他、お正月休み中は書初め、魚釣り大会、箱根駅伝予想の答え合わせ等を行い、「うらら宝くじ」抽選会は、全員参加で盛り上がりました。自宅でご家族と一緒に過ごされた入所者さんもおられ、無事1年のスタートを切る事が出来ました。

障害福祉サービス事業所うらら（共同生活援助 ： グループホーム）
☎084-977-1201　（月～土 9:00～17:00）