

# 活動室紹介

- ☆開館日は、月～土曜日です。祝祭日も開館しています。
- ☆行事等の都合により、閉館となる場合もありますが、その際は、事前に掲示板でお知らせします。
- ☆利用時間は曜日により異なります。

## 【開館時間】

月・金：9：00～12：00  
火～木：9：00～16：00  
第2・4土：13：00～16：00

## 【閉館日】

第1・3・5土曜日 / 日曜日

◇相談は、原則、年中無休（365日）9:00～16:00です。ただし、緊急の場合は、**080-1804-3500**までお電話ください。  
来所して相談される方は事前にお電話ください。

◇活動室利用は基本的に無料ですが、サービスや行事等によっては、自己負担が必要です。  
サービスや行事など詳細についてはお問い合わせください。

青明舎へ気軽にお立ち寄り、  
ご相談ください。

生活に関しての  
「悩み・不安」に対して、  
専門の相談員がご相談に応じ、  
支援や必要な福祉サービス等の  
紹介をいたします。

はりん      こりん



活動室では私たちが  
お迎えています。  
私たちが苦手な方は  
事前に職員に言ってね！



〒039-1104  
青森県八戸市田面木字赤坂16-8

☎ 0178-70-2088

# 地域生活支援センター

せい めい しゃ

# 青明舎

「地域で暮らす」を支えます

公益財団法人 ころすこやか財団



# まずは相談してみませんか

## 障害や 病気の理解

障害の特性や  
病気に関する相談



## 福祉サービス

福祉サービスの  
利用に関する  
情報提供  
手続き等の支援

## 住まい

1人暮らしのこと  
住宅に関する相談

## 日中活動

仕事・趣味など  
生きがいの持てる  
生活に関する相談

## 権利擁護

判断能力が  
低下している方の  
権利を守るための  
相談支援



## ご利用対象者

障害（障害種別関係なく）をお持ちの方、生活のしづらさ、生きにくさを感じている方、ご家族、関係者の相談をお受けします。

## 支援内容

### ● 日常の困ったに・・・

家事がうまくできないという方には必要に応じて自宅を訪問しています。

「自宅でお風呂が使えない」「洗濯ができない」という方にはお風呂使用、洗濯機使用の有料サービスがあります。

### ● 仲間がほしい、 楽しく過ごしたい

是非活動室へお越しください！

活動室では、運動や趣味活動、パソコン、ボランティア活動等様々なプログラムを行っています。

地域のみなさんも一緒に参加する行事も行っていますので、地域の方と交流を深めることができます。また、同じ病気、障害を持った方々と情報交換も行えます。

些細なことでも構いません。  
気になることがあれば何でも  
ご相談ください。  
地域の様々な社会資源を活用し  
生活の質が向上するよう  
支援します。