

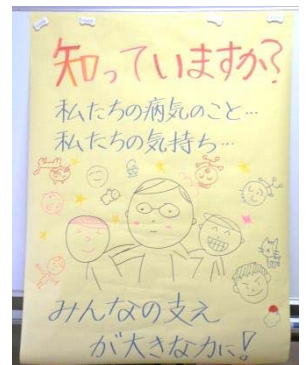
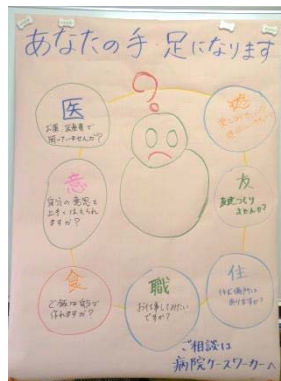
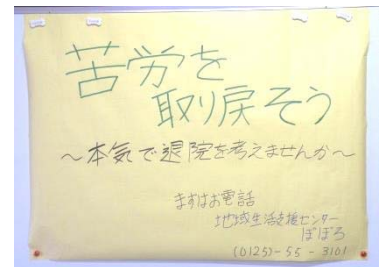
精神障がい者地域生活支援事業

～地域移行推進ポスターを制作～

6/16、砂川市総合福祉センターにて、第1回精神障がい者地域生活移行支援協議会を開催しました。

今回は、地域移行を推進するための広報活動をテーマに、6つのグループに分かれ、ポスター制作を行ないました。誰に向けたものにするか（本人・家族・関係者など）、いかにインパクトのあるキャッチフレーズにするかなど話し合いを進めていきました。特に、キャッチフレーズは多くのグループで苦労しながら考え、オリジナリティあふれるものも生まれています。

今後、この場で制作したものを元にポスターを完成させ、医療機関等に掲示をお願いしていく予定です。



地域活動支援センター

レクリエーションを実施

6/22、中空知レクリエーション協会の方を講師に招き、レクリエーションを実施しました。

座りながらできる手遊びや軽く体を動かすものなど、休憩をはさみながら約2時間、たっぴりと楽しみました。後半はチーム対抗戦でゲームを行ない、白熱した戦いが繰り広げられました。いつものサテライトではみえない、みんなの意外な一面や知らなかった特技も発見することができました。

大人になるとレクに参加することはあまりないですが、気分をリフレッシュでき、仲間との交流も深まり、このような機会は大切だなと感じました。

楽しい時間をありがとうございました！



ピアサポーター活動紹介します

「ピア」は「仲間、同僚、同輩、対等、同等のもの」などの意味を持ち、ピアサポートは「仲間同士の支えあい活動のすべて」を指していると言われます。

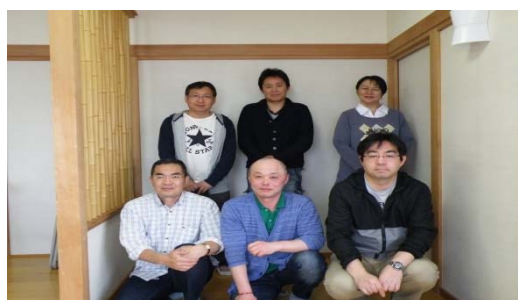
精神病で長期入院をしている人たちが、退院する意欲をもち自分の夢や希望を語る力を取り戻すために、当事者性のある支援の必要性が示され、その活動をするピアサポーターが平成18年から養成されました。ぼぼろではこれまでに20名のピアサポーターがいます。

今年度は6名です。退院するためのお手伝いやパンフレット作製、自らの体験を発表して障がいの理解に取り組んでゆきます。

このページでは、それぞれのピアサポーター活動についての思いや、感じたことをお伝えしてゆきます。



初めは馬場悟さん



私はピアサポーターになって3年目になりますが、なかなか体調が安定しません。気分の波があり、落ち込んでいるときは活動ができないので思い切り凹みます。

これまで、退院のお手伝いのため、買い物に一緒に行ったり、バスに乗る練習もしましたが、ご本人の態度や言動に戸惑ったり、配慮が足りないこともありました。いろいろな方に迷惑もかけましたが、ピアの仲間やスタッフに励まされながら活動しています。

ゲーム大会等の準備や進行役は楽しく交流できましたし、移動サテライトの運営を行い、ポスター作りをして、当日の昼食準備、会場設営をしました。来所してくれた人がいて、とてもやりがいを感じました。

今年は、自分の体験を話そうと思っています。自分の病気の症状や回復するための工夫、今の生活などを話し、私が地域で暮らすために使った社会資源や人について語ろうと考えています。

自分の話を語ることで、今、病で苦しんでいる人や長く入院をしている方の力になれると私自身の励みになります。

こんな素適なことは、なかなかありません。ダメダメな私に少し自信を持たせてくれると思います。

私がピアサポーターになって変わったことは「対等」ということを、強く意識するようになったことです。

病名は同じでも症状が似ていても、やはり人それぞれ違います。人生で直面する課題は様々です。もちろん私もそうです。

病気をしていても、していなくても生きてゆくことは対等です。

異なった体験や考え、気持ちなどを分かち合い、お互いに得意なことを生かしてゆくことが大切だと思います。

私は何が得意なのだろう？いろいろなことに挑戦して、得意なことを見つけようと思っています。これは、私にとって、情熱を傾けられることですから！！(*^-^*)

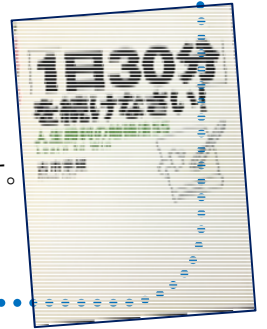
地域活動支援センター サテライト「憩いの場」

語ろう会

6/7に行った語ろう会では、「私の好きな本を紹介」というテーマで、お気に入りの本を持ち合い、一人ずつ紹介しました☆ 音楽雑誌、車の雑誌、競馬場の本など、趣味の本が多く、それぞれの個性があり、面白かったです。そのなかで2冊、ここで詳しくご紹介します。

「1日30分」を続けなさい！ 人生勝利の勉強方法55 古市幸雄(FurichiYukio)

私が自己啓発本を買い集めるきっかけになった本です。
時間の捻出の仕方や目標の設定の仕方、自己投資や睡眠時間の大切さを日々の計画の参考に使っています。この本を読み、今まで自分自身がどれだけ怠っていたのかを痛感し、準備しておく事がどれだけ大切な事か、他人を厳しく指摘する内容がとても良く気に入っています。今までの人生を後悔していて、これからの人生を少しでも良くして行きたいと思っている方にお勧めしたいです。
池田



表千家「男子風炉の薄茶点前」

「抹茶」には、2種のお茶があり一般的なものは「薄茶」が有名です。皆さんも一度飲んだことがあるかもしれません。もう1種が「濃茶」です。この2つの違いは、抹茶の種類、抹茶の量とお湯の量です。「薄茶」は、抹茶は少なく、お湯をたっぷりと入れます。そしてお客1人ひとりにお茶をたてます。「濃茶」は、抹茶を多く入れ、お湯を少なめに入れて、練ようにお茶をたてます。そして、数名のお客で回し飲みをします。

釜にも2種類あり、春から秋にかけて「風炉」といって畳の上に釜を置くものと、秋から冬にかけて畳を切って釜を置く「炉」があります。一番基本となる点前は、風炉の薄茶点前です。その基本中の基本が記載されているのが、ここで紹介した本です。この本では、「茶の湯とは、ただお湯を沸かし、茶をたてて飲むばかりなるを知るべし」と言われています。おいしいお茶を飲むことが一番大事だということです。
菅谷



第3回

となりのぼぼろフェスティバル

開催します！

日時：8月10日（木）11:00～14:30

場所：地域活動支援センターサテライト・

くるみ会駐車場（サテライト横）



障がいと共に生きる

シンさんとゲンさんのふたり展

日時：7月12日（水）～7月18日（火）

場所：地域交流センターゆう

障がいを持ちながら、創作活動を行っている斉藤信一さんと玄地祐文さんによる作品展を開催します。斉藤さんの絵に玄地さんが詩をつけたステキなコラボレーション作品です。ぜひ観に来てください！

主催：社福）くるみ会 地域生活支援センターぼぼろ
共催：社福）豊寿会 晩生内ワークセンター

中空知の福祉事業所を紹介

自分たちが通っている事業所の他に、どのような福祉事業所があるのかを知るため、働くところや、日中の活動ができるところを紹介していきます。今回は、赤平市・奈井江町・浦臼町・新十津川町の「就労継続支援 B 型事業所」を紹介します。

社会福祉法人 北海道光生舎

赤平市錦町 2 丁目 6 番地

B 型事業所は 4 つあり、「クリーナーズ」「ライト・ブラザ」は一般家庭の衣類のクリーニングを中心に、「エルム・ソーイング」「ワークショップⅡ」はホテルの寝具などのクリーニングを中心に行っています。法人全体の行事として、旅行や光生舎夏まつり、他にも、写真やスポーツなどの同好会もあります。生産性アップを目指し、障がい者が社会の一員として働ける場所の提供をします。

NPO 法人ラボラボ 虹の架け橋

赤平市幌岡町 113 番地 1

定員 20 名 現在 16 名通所

古紙分別整理、銅線精選、回収などのリサイクル作業、委託作業、青大豆の栽培、豆腐販売、工芸・手芸などを行っています。行事として、工房祭、旅行、季節のイベントなど行っています。“あいさつ”と“感謝”を心がけ、チームワークを意識して作業を行っています。

一般社団法人 相夢社 ひらき

新十津川町字花月 393-1

定員 20 名 現在 18 名

農作業を中心に活動しています。農閑期（12月～3月）は黒板消しの製作・ゴミ袋のセットなど委託作業を行っています。春の農作業が一段落すると焼き肉をし、町内のビールパーティ・海水浴・一泊旅行・お誕生会など多彩に行事を行っています。大切にしていることは、利用者が個々に希望を持ち、その人らしい人生が送られるよう支援しています。

社会福祉法人明和会 ぴあよしの ジョブサポート・フレイバーカントリー

樺戸郡新十津川町字中央 27-4

定員 20 名 現在 20 名通所

ハム・ソーセージ、いかの塩辛の製造・販売、委託作業（農作業など）、給食業務などを行っています。ハム・ソーセージは夏・冬のギフト販売や地域のイベントでの販売も行っており、塩辛はスーパーなどにも販売しています。

様々な作業があるため、利用者自ら作業を選ぶことや目標を定めることができ、得意なところを伸ばすことができます。自己実現と自立生活に向けた就労をサポートしていきます。

社会福祉法人ないえ福祉会 就労支援センターすまっしゅ

奈井江町字東奈井江 77 番地

定員 34 名 現在 41 名通所

しいたけ事業、リサイクル作業、洗濯作業を行っています。しいたけ事業では、奈井江町道の駅の他、砂川市・滝川市の飲食店や養護学校などに提供しています。行事として、日帰り旅行、忘年会、自治会で行う焼肉など、年間通してのイベントがあり、楽しみを持ちながら作業を行うことができます。利用者のそれぞれの特性に応じ、ニーズを考慮した、柔軟な支援の提供を心がけています。

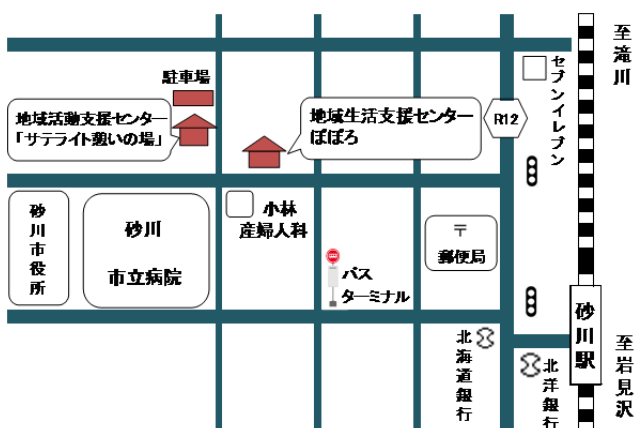
社会福祉法人豊寿会 晩生内ワークセンター ピンネ

浦臼町字晩生内 227 番地 44

定員 24 名 現在 24 名通所

請負作業が多く、にんにく・にんじんの皮むき、トマトのへた取り、ドラックストア・コンビニ袋の分封作業、農耕作業などを行っています。

社会とのふれあいのため、外出を多く取り入れています。社会貢献活動や余暇活動も増やし、“生きがい”を感じられるような支援を提供します。



○地域生活支援センターぽぽろ

住所：砂川市西 3 条北 4 丁目 1-3

電話：0125-55-3101（8：45～17：45）

○地域活動支援センター「サテライト憩いの場」

住所：砂川市西 4 条北 4 丁目 1-20

電話：0125-54-1651（9：30～15：30）