

## 地域活動支援センターサテライト「憩いの場」

### 民族歌舞団「花こま」を迎えて

令和4年11月2日 民族歌舞団「花こま」の公演が当地サテライトで行われました。  
「花こま」は結成35周年の記念公演でもあり、日本の伝統芸能を引き継いだ見事な演目でした。



サテライトで行われた演目、始めは車人形の「谷茶前」という沖縄民謡を表情豊かに踊り上げるものでした。最後はハイタッチでふれあい、人形の手ぬくもりを感じて優しい気持ちになれました。



南京玉すだれは利用者・職員も一緒に参加し唄に合わせて阿弥陀如来まで楽しい時間を過ごしました。



最後の寿獅子の舞は躍動感あふれる激しい舞や居眠りの繊細な舞に感動しました。利用者からは、「子供のころ怖い獅子に咬まれたことが懐かしかった。」「獅子の迫力に感動しました。」と感想もいただき、日本の伝統文化の一部に触れることができた素晴らしい公演会でした。

## バスレク

### ～旭川へGO!!～

今年のバスレクは、旭川へ行きました！

旭山動物園では、間近で見る迫力満点のヒグマや空を飛ぶように泳ぐペンギンなどの動物たちを見て癒されましたね♪

お昼はイオンに行って、昼食を食べたりお土産を買っていました。こちらはもっと長く見ていたかった～！との声も多かったです。

今回サテライトに復帰してから初めて大きなプログラムに参加しました。

旭山動物園では、サテライトの他のメンバーさんとアイスを食べたり、お目当ての動物（ペンギン）を見ることができたので、大満足です！

イオンでの買い物の時間が少し少なかったので、来年のバスレクの時にはお買い物の時間がもう少しあったらいいかな～と思いました（笑）

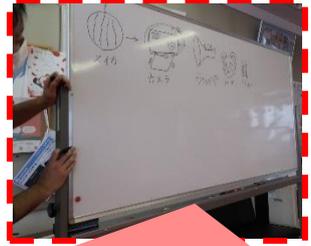
H. H



# ★ Merry Christmas!! ★



今年はサテライトでクリスマス会を開催しました！  
ピザやかぼちゃスープといった美味しい料理を堪能したり、クリスマスプレゼント  
をかけたピンゴゲームやレクリエーションで盛り上がっていました！！



今回のレクリエーションは「お絵描きしりとりリレー」！  
チームに上手くつなげるように素早く絵を描くのが大変でした…



今年はどんなプレゼントが当たったのでしょうか？

私はまだサテライトに通い始めたばかりだったのですが、料理は美味しくてレクは楽しくクリスマス会はとても良い時間でした。  
このサテライトが、まるで自分の居場所ができたかのように嬉しかったです。

H. S

# Happy Halloween!!

ゆうでハロウィンお茶会を開催！  
今年のかぼちゃのクッキーを焼いたり、レクリエーションに  
ボウリングやお菓子のつかみ取りを行いました。  
会場の設営や装飾といった準備も含めて  
みんなで作り上げたお茶会になりました。



かぼちゃクッキー  
美味しく上手に焼けました♪

## ぽぽろミュージアム



細かい作業が多いので結構時間がかかるかなと思っていましたが、ドハマリしたために1日で終わっちゃいました笑  
ちなみに、額も手作りです。

山本

山本さん作：ダイヤモンドアート  
オレンジキャット



シールを貼るだけだから作るのは簡単でした。  
結構大きいので、どこに飾ろうかな…？

H. K

H. Kさん作：シール貼り絵ハッピークリスマス  
さくらあーと 白川郷



カブトムシやカタツムリ、マンモスやパンダなど、どれも僕の自信作です！

杉山

杉山さん作：折り紙作品たち

# ピアサポーター活動を紹介します

## 全道ピア研修に参加しました。

10月5日～7日で全道のピアサポーターとオンラインでつながりました。それぞれの圏域からピア紹介があったり、大阪で積極的に地域支援事業をしている会社とリモートで会話したりと盛りだくさんの3日間でした。長い時間でしたが、出席したピア全員がみんなの前で発言して、貴重な経験ができました。

「あのピアに聴いてみたい!!」では打ち合わせ通りにはいかなかったけど、イイ発表ができたかなと思った。(大江)

苫小牧のピアからの質問には緊張したが、何とか話せて良かったと思う。(伊藤)

ピア自慢で将棋で準優勝で賞状とたてをもらった話しをした(熊谷)

来年度は完全対面といかないかもしれないが、多くの人と対面で研修したいものである。(鈴木)



## 新しいピアサポーターを紹介します。

2022年11月からピアサポーターの仲間入りをしました富宅晃です。現在、コロナ禍によりピア活動に制限がある中ですが、今の自分に出来る事を当事者目線で寄り添っていけるようになりたいと思っています。人当たりのいい性格と言われる事が多いので、お気軽に声をかけていただくと嬉しいです。皆さんよろしくお願いたします。



## 動画作りました!!

昨年の秋頃より2月まで『ぼぼろのピアサポーター活動のPR動画』の制作を行っていました。動画撮影と編集は岩見沢にある就労継続支援事業所のあかり家に依頼し、私たちピアサポーターは動画の構成を考えたり、1月20日に動画撮影をしました。この動画はくるみ会のホームページで視聴できる予定なので、みなさんが私たちの活動を知ってくると嬉しいです。

感想：地域移行支援の必要性や、自身の病気や障がいの経験者を活かした普及啓発活動について伝えました。そして、ピアサポート活動を行うことで、自分に自信が持てることや、自身の成長にもつながると思っています。鈴木

## ピアカウンセリング

2月2日、3日にオンラインにて受講しました。自らのストレングスを出来ないことではなく、出来ることに焦点をあてることで、自己肯定感をあげることが出来ました。幼少期から現在に至るまでの自分の分岐点や辛かったこともあらためて振り返り、結果的に乗り越えた上で、今の自分が形成されている事を強く実感しました。富宅



ピアさぼ通信できました。夏号以来のばたおちゃん、みなさん忘れてしまったのでは!? ぜひ手に取って下さいね。

# 中空知の福祉事業所を紹介します

前回のかわら版（第 84 号）では、日中利用できる障がい福祉サービスについて紹介しました。今回は奈井江町にある「なかま」奈井江についてご紹介します。「なかま」奈井江では、障がいのある方が日常生活の支援を受けながら共同生活を送る共同生活援助（障がい者グループホーム）と、一般企業などに就業が難しい方へ雇用契約を結んだうえで働く機会を支援する就労継続支援 A 型、高齢者と障がい者が共に創作活動や軽作業などの活動を行う生活介護を展開しています。



## 障がい者グループホーム「なかま」奈井江 空知郡奈井江町字チャシュナイ 995 番地 5

令和 4 年 6 月に開設された新しいグループホームで、現在 9 名の方が利用しています。旧奈井江町立江南小学校の校舎をグループホームとして改装しています。介護サービス包括型グループホームとして、食事や入浴排泄など日常生活のサポートや、外出や通院のサポートを行っているため、生活に不安を感じる方も安心して暮らすことができます。利用者のほとんどは、日中それぞれ就労支援や生活介護の事業所へ向かい、自由時間はテレビを見たりスタッフとお話をして過ごしています。また、土日はスタッフと一緒に買い物へ出かけたり部屋の掃除を行っています。

## 就労継続支援 A 型事業所「なかま」奈井江 空知郡奈井江町字チャシュナイ 1009 番地 13

地元の新鮮な野菜を「カット野菜」に加工し、同グループの高齢者施設の給食に供給します。月間 13 万食の需要があるため、急に事業がなくなるということがなく安定して就労することができます。また、就労継続支援からのステップアップとして一般就労を目指す方への支援も行っています。

## 生活介護「なかま」奈井江 空知郡奈井江町字奈井江 161 番地 1

高齢者と障がい者が同じ場所でサービスを受けることができる共生型デイサービスです。食事・入浴・排泄の支援や健康管理をスタッフが行いつつ、軽運動やレクリエーションなどの活動メニューの中から一人ひとりに合わせた活動を提供します。また、夏祭りやクリスマス会などの季節行事も企画しています。

## 「なかま」奈井江の PR ポイント

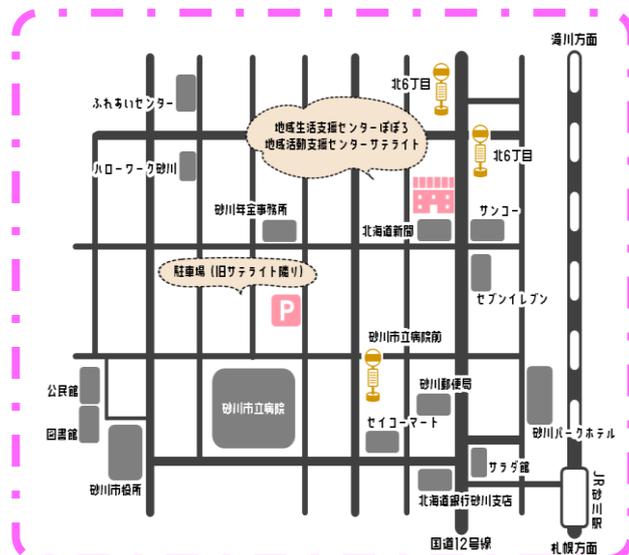
- ① グループホーム、就労継続支援 A 型、生活介護が同じ法人であるため、スタッフの連携が取りやすく利用者一人ひとりに合わせた生活の場を提供できます。
- ② 高齢者のデイサービスが併設されているため、高齢になって介護サービスへ移行する際も通いながれた「なかま」奈井江を利用し続けることができます。

## ○社会福祉法人くるみ会 地域生活支援センターぽぽろ

住所 砂川市西 1 条北 5 丁目 1-17  
電話 0125-55-3101  
FAX 0125-55-3102

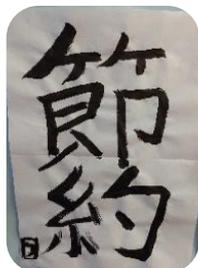
## ○地域活動支援センターサテライト「憩いの場」

開所時間 平日 9:30~15:30



# ～2022 年を振り返って～

2022 年もとうとう終わりを迎えました。  
昨年とはどんな 1 年になりましたか？  
1 月に書いた書初めをもとに振り返っていただきました。



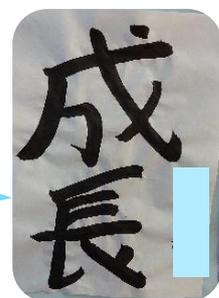
私の昨年の目標は「節約」でした！普段から無駄遣いが多いので不要な買い物をしないよう心掛けています。今年も引き続き節約を続けて、ためたお金でいつかラジオを買うことを夢見ています！！

たきりゆー



私は昨年、今の自分から一歩踏み出したいと思い「成長」という目標を立てました。  
昨年は就労支援 B 型から一般就労に就くことができました。まだまだ学ぶことは多いですが、私としては少し前進できたのかなと考えています。

E.T



## 新年会・新春ゲーム大会



〔ゲーム大会入賞おめでとう！〕

新しい 1 年の幕開けを祝し、新年会を行いました！  
お雑煮を食べた後は、百人一首をして盛り上がっていきました。  
また、毎年恒例の新春ゲーム大会を開催し、参加者は  
オセロや将棋、ウノや麻雀で熱い勝負を繰り広げました！



## 雪像づくり



今年は兎年ということで、ウサギの雪像づくりに挑戦してみました！

雪固めや耳の作成など苦労した所もありましたが、可愛いウサギを作ることができました！

このウサギは「ぼぼみちゃん」と名付けました。



## 節分 豆まき



2月3日節分には、豆まきをしました！  
鬼役の二人もノリノリです♪

## バレンタインデー



2月14日はバレンタインデー！

今年はチョコタルトを、真心こめて手作りです♡

## 令和4年度 サテライト慰労会

今年度サテライト活動の締めくくりに、ろくでお弁当を食べてきました！  
「これ美味しいね～」とお話しをしながら、パーテーションを挟まずに食卓を囲むのは本当に久しぶりで、みんなの笑顔がよく見えましたね。  
レクリエーションのジェスチャーゲームでは「え～？これはなんだろう？」とみんなで考えながら答えて、楽しいひと時を過ごしました♪



## ～看護学校で体験発表を行いました！～

砂川市立病院附属看護専門学校の講義の中で、精神疾患や精神障がいをもつサテライトメンバーやピアサポーターが自身の経験を語る機会をいただきました。やはり経験した人の生の声を聞くことは、ただ症状がどうかだけではなく、その人の気持ちや思いと一緒に感じることができるので大事ななと思います。私たちのお話が、看護学生のみさんの、少しでも役に立てたならうれしいです。みなさん、ありがとうございました！

3月6日、看護学生と体験発表とグループワークをやりました。本番は練習と違って上手くいかなかったです。グループワークでは看護師になろうと思ったきっかけや薬のことを話しました。私は夜眠れなくなると病気が悪くなると話しました。入院も3回しました。入院生活はつらかったです。

未来の看護師になる人たちは目が輝いて見えました。大変な事やつらい事があっても頑張ってください。

大江

今回オファーを頂き、二つ返事で快諾しました。今回は、私の病気（高機能自閉症とてんかん）の体験談と、生まれてから50年の年表を、発表時間5分にさっくりまとめました。これが体験発表2度目（5年ぶり？）なので、体内タイマー5分でしゃべるのは大変でした。終わってみれば程よい緊張感と疲れを感じました。来年度もあれば再び二つ返事で発表したいと思います。ありがとうございました。

たきりゅー