

# のぞみ便り

社会福祉法人のぞみ福祉会  
〒564-0041 吹田市泉町 5-9-6 TEL&FAX : 06-6338-1401  
<http://www.geocities.jp/nozomifukushikai/>  
No. 284  
2018年  
2月号



今回も

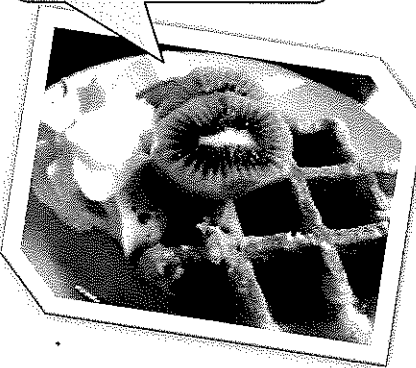
## 「ポレポレ」楽しかった～！！



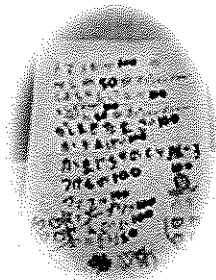
去る1月20日(土)、ブルーリボンにて、ポレポレが開催されました。

今回も、3種類のお鍋などのおいしい料理を囲んでおしゃべりが弾み、みんなが主役のカラオケで盛り上がりました！

実はデザートも充実！



準備に忙しいポレポレスタッフのみなさん



手書きのメニュー。

どれも安いわ。



唐揚げスタンバイOK！

ポレポレとは…

スワヒリ語で「あせらず、ゆっくりと」という意味の言葉です。みんなで気軽に集まって、お料理やイベントを一緒に楽しみながら、のんびりとした時間を過ごしています。現在は不定期で開催しています。

次回は、6月16日(土)に開催予定です。カレーや、夏野菜を使った料理が登場します。みなさんお誘いあわせのうえ、ご参加ください！！

## のぞみ共同作業所 & マイフレンド

— 就労移行支援 —

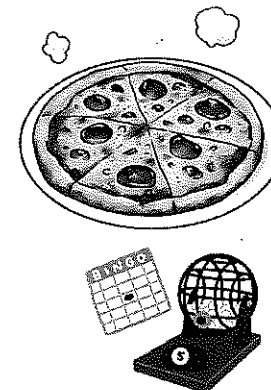


毎日寒いですが、自分が子どものころはもっと寒かったような記憶があります。

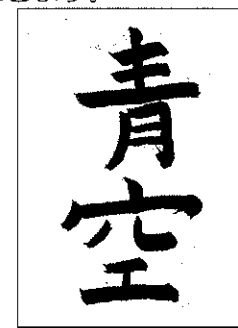
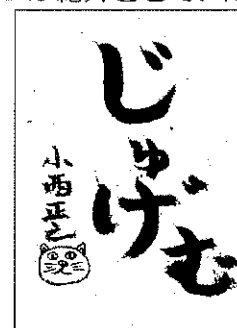
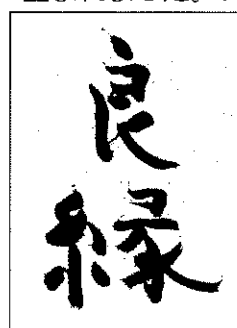
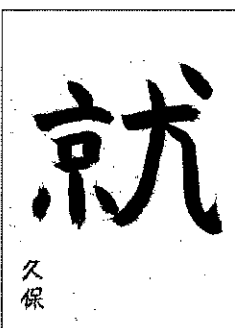
就職を希望する障がい者であって、企業に雇用される事が可能と見込まれる方に対し、生産活動、職場体験その他の活動の機会の提供、その他の就職に必要な知識及び能力の向上の為に必要な訓練、求職活動に関する支援、その適性に応じた職場の開拓、就職後における職場への定着の為に必要な相談、その他の必要な支援を行う事業です。

### 大忘年会(12月28日)

2017年最後の開所日に、大掃除のあとで盛大に忘年会を開催しました。ピザ、おにぎりなどを囲んでわいわい楽しんでから、みんなで持ち寄ったプレゼントを景品にしてビンゴ大会のスタートです。リーチは何人も出るものの、ビンゴになる人がなかなか出ず、ハラハラドキドキの時間を長く味わうことができました。来年に向けて気持ちを新たにすることが出来たのではないのでしょうか。



新春書きぞめ大会 1月5日(金)に開催された書きぞめ大会で、力作がたくさん生まれました。いくつか紹介させていただきます。



就労移行支援事業説明会を開催します！！

日時：2019年2月26日(月) 13:30～

場所：総合福祉会館(後ほど共同作業所に移動)

まずは最初の一歩を踏み出してみませんか？ご家族の方、支援者の方のみの参加も大歓迎です。お気軽にお問い合わせください。

のぞみ共同作業所 Tel/Fax 06-6338-1401

のぞみ共同作業所 2月の予定

- 2月2日(金) 巻き寿司作り
- 2月7日(水) メンバーミーティング
- 2月9日(金) 第三者委員さんと茶話会
- 2月10日(土) のぞみんJライブ
- 2月21日(水) 連絡会
- 2月26日(月) 事業説明会

# のぞみ工作所

自立訓練(生活訓練)



利用期限(標準2年)がある通過型事業所です。家から出て誰かと過ごす練習をしたい方、退院したばかりで街で暮らす自信がない方、就労したいけど体力や生活リズムに不安がある方などいろんな方が利用されています。訪問しての支援も行います。

事業所とリサイクルショップ(物品募集しています!)の開所日・開所時間

月~金(土・日・祝日お休み) 9時00分~17時00分/電話・ファックス 06(6319)3861

# 防災について考えました

早いもので、阪神淡路大震災から23年が経ちました。この時期だからこそ、「防災について」考える時間を多く持つて日頃から防災についての意識を高めるための取り組みを行いました!

## 工作所で地震が起こったことを想定し避難訓練を行いました

様子

- ・「いつ、地震が起こるかわからない」という状況の中、通常のプログラムをしている時にサイレンを流して避難をしました
- ・「何に気を付けるか」「次にどうしたら良いか」を避難訓練後に振り返りました
- ・後日、勉強会をして新たに学びました。

・本当に地震がきたらパニックになりそう

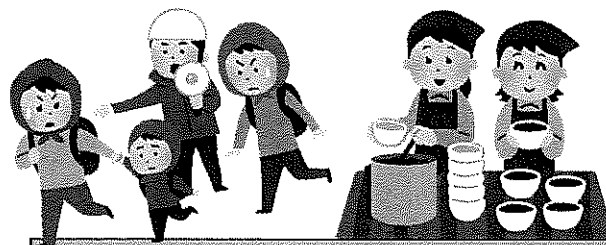
感想

- ・出口の確保ができるか心配
- ・訓練のように避難出来たら助かると思うし、練習になった
- ・どうして良いか分からなかったが、痛くないような行動をとることができた

## 「人と防災未来センター」に行きました

様子

- ・阪神淡路大震災が起きた当時の状況を特殊な再現映像で体感しました
- ・震災ときに撮影されていた映像を見て助け合いの大切さを学びました
- ・実際に撮られた写真から、地震の悲惨さと日頃から災害に備えておく大切さを学びました



## 自治会の防災訓練に参加しました

様子

- ・以前行った防災訓練の反省を活かして、再度工作所で防災訓練を行いました。
- ・自治会の防災訓練に参加し、炊き出しの豚汁を頂きました。
- ・ご近所の方と顔見知りになり、いざとなった時に助け合いたいと思います

# ぜひご参加ください♪

★2月26日(月)

2月のオープンプログラム

★3月2日(金)

3月の連絡会

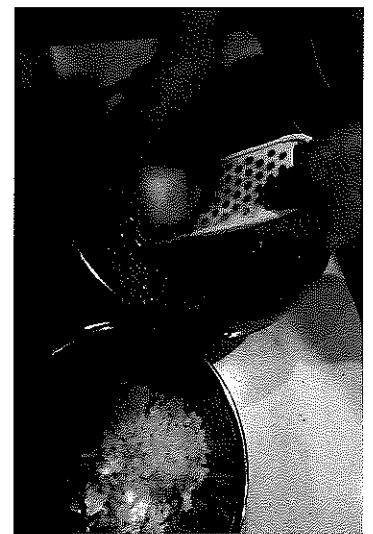
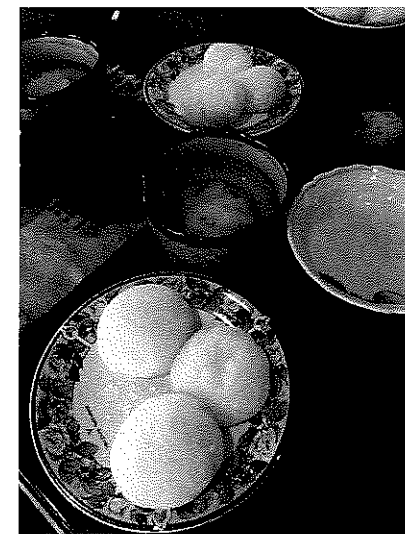
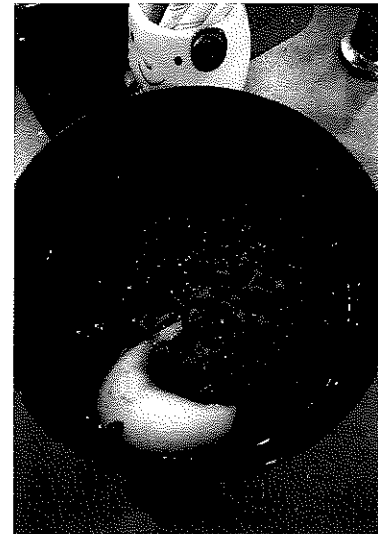
※お気軽にお問合せください♪

# ブルーリボン

- 生活介護 -



事業説明:こころの病を抱える人たちのふれあいの場です。喫茶店、コーヒー染め、すいたんのおやつ作り、医師や看護師との勉強会などなど。思い描く地域生活を実現していくことを応援します。



☆1月12日(金)★  
~1月と言えば、『お餅祭り』~  
えび餅・ぜんざい・辛味餅などなど  
今年も美味しいお餅たちを食べました♪

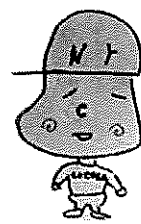
1月の昼食会「おひるごはんてっせえ」では、去年と同様、お餅をみんなで作り、食べました~♪今回は普通のお餅に加え、えび餅や辛味餅、そしてぜんざいなどなど、お餅好きにはたまらない内容で、非常に美味しくいただきました。この日は参加されるメンバーさん・スタッフさんも少し少なかったのですが、喫茶のメンバーさんが大根おろしの手伝いに入ったり(写真右)、スタッフからも餅を千切ったり食器洗いをしたりとみんなで楽しく協働して動きました。「ぜんざい美味しいー!」「えび餅めっちゃええ感じ!」と皆さん大絶賛でしたが、「美味しすぎて食べ過ぎちゃった~(笑)」「食べ過ぎたから今日の晩御飯はやめとこうかな~(笑)」という声もあったりと様々な感想がありました。

終始皆さん笑顔で楽しいひと時でした♪

最近かなり気温が下がってきて、風邪・インフルエンザが流行っていますね(>\_<)身体を温めるなど免疫力を上げて、寒い冬も元気に乗り越えましょう(^.^)♪ (文責:北山晶規)

# きらめき

- 生活介護 -



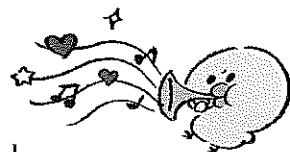
T.M 画伯

きらめきではサロン活動が中心です。ここに来れば誰かいる…人との繋がりの中で生活の楽しみを感じ、自分のペースでゆっくりと過ごしてください。(水)(金)の夕食会を中心に、健康面に着目したプログラムも実施しています。

## ～1月のきらめき～

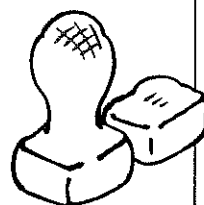
### ○忘年会

昨年末になりますが、きらめきのサロンで忘年会を行いました！皆さんの希望で今年のメニューもお寿司と焼肉に！ホットプレートでお肉を焼き、それぞれのペースで食事をしました。皆さんお腹いっぱい食べられたようで「満足！」との声が上がっていました。



### ○お雑煮会

15日に、毎年恒例のお雑煮会が開催されました。きなこ、ぜんざい、お雑煮、醤油と様々な種類の味を楽しみました。中には10個ほどぺろりと食べられるメンバーさんも…！お餅も美味しく焼き上がり食事中は沢山の笑顔がこぼれ、わいわいと楽しいお雑煮会になりました。



### ○レクリエーション in Bakery Factory

22日、吉志部神社近くのパン屋さんで昼食を食べました。美味しそうなパンが沢山あり、どれを食べようか迷ってしまうほどでした♪「焼きたては美味しいね！」「お土産に持って帰ろうかな」と大好評！食べ終わった後は吉志部神社近辺を散歩してお参りをしました。「春になったら花見なんかもいいね」とゆったりのんびりと辺りを散策して帰りました。

### 最近のきらめき

寒い日が続いていますが皆さん風邪などはひいていませんか？きらめきでは変わらずのんびりとした時間が流れています。ハーモニカとオカリナの練習も続いており、サロンからは楽しい音色が聞こえてきます。

吹田市五月が丘南9-10ブ-ル101号 TEL/FAX 06-6385-2713  
開所：月～金（祝日除く）10時～18時

# のぞみゼミ～のゼミ Vol.26



☆引き続き、精神医学の歴史について学んでいきます☆

ざっくりと前回までのまとめ…過去、「悪魔が憑いた」とされていた心の不調は、ピネルの登場によって医学的な「病」として認められるようになりました。ピネルの弟子、エスキロールは世間一般の人たちへさらに精神科医療を認めてもらおうとしますが、精神科医療は社会防衛に用いられる方向へ向かっていきます。(今現在運用されている日本の「医療観察法」はこの流れをくんでいると言えます)

### ○“モノマニー＝単一精神病論”

症状として表面的な出方はちがうが、すべておなじ精神病である、という考え方。ジョルジュ・ランテリ＝ローラはこの頃の時代を「単一精神病論のパラダイム(流行時代)」だと言いました。そして、エスキロールは単一精神病を**マニー(=現代でいう躁)・デマンス(認知症)・イディオ(知的障害)・メランコリー(うつ)**4つに類別しました。エスキロールは、「幻覚は精神病の発現よりもかなり前に始まり、周囲からはあまり気付かれないため、患者が幻覚と戦い、最後には幻覚に打ちのめされ、その影響下に突拍子もない行動をとった時に初めて気付かれる」と述べています。周囲が変化に気付いたり、知識があれば早い段階から治療につながるができるのかもしれませんが。

### ○抱え込まずに、「幻聴が聞こえる」と打ち明けられる場や社会が必要

～寝屋川市の事件をうけて～

今回ののゼミでは本題とは別に、寝屋川市で起きた、33歳の女性が長年自宅のプレハブ小屋で監禁されていた事件についての質問や意見が飛び交いました。昔の座敷牢を思わせるような痛ましい事件であり、みな動揺しました。この事件を、単にこの家庭内だけの問題にして片付けてしまっているのでしょうか。もしも、誰にも相談できずに、抱え込んだまま来てしまった末に起きた事件だったならば…。なにか気付けるきっかけがあれば…。個人だけに原因があるとは言えないのではないのでしょうか。

～「自責」と「孤独」は回復と真逆の位置にあるもの～

ラップランドで実践されている“オープンダイアログ”を用いた実践がほんの少しずつではありますが認知されつつあります。「こんなこと話していいのかな」「自分が悪いから」と自分を責めて孤立してしまうことが、最も回復から遠のいてしまいます。抱え込まずヘルプを出せる環境や、例えば「幻聴が聞こえる」ということを安心して打ち明けられる社会が必要だと強く感じています。個人だけの問題だと責任を押し付けてしまうのではなく、一人ひとりの生きづらさが認められる社会でありたいものです。

(文責：ブルーリボン 吉武愛美)

# サフラン

就労継続支援B型



サフランは、「働くことを練習したい」という方から「作業をしながら生活のリズムをつけたい」「病気と付き合いながら楽しく暮らしていきたい」という方まで、いろいろな気持ちにこたえたいと考えています。作業はお弁当作りや配達、事務作業、紙すきなどです。  
開所：月～金 9時～17時（土日祝休み）電話・FAX06(6873)2178

## おおさか府庁福祉コンビニ

『こさえたん』にて、

### さふがみに出会える！



さふ紙プロジェクト

サフランでは今年度より、本格的に紙すき自主製品の開発に取り組んでいます。

このたび、こさえたん（大阪府庁福祉コンビニ）の販売募集にエントリーし、無事に審査をパスすることができました！

1月から展示販売がされています。サフランメンバーも1月23日に見学へ出かけました。自分たちの商品が展示され、そして販売されていることをメンバーさんたちにも実際に見てもらうことで何か感じてもらえることができたのではないかなと思います。

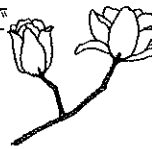
展示販売は1月～3月まで福祉コンビニ「こさえたん」で行なっておりますので、機会をつくって、みなさまもぜひ足を運んでください。

**大阪府庁別館1階に 福祉のコンビニ こさえたん がオープン。パンやお弁当 お菓子や雑貨などを販売しています。営業時間午前11時から午後5時まで。（大阪府庁舎の閉庁日はお休みです。）**

### ○実習生がやってきたー！

日本メディカル専門学校より、福崎悦子さん  
が実習に来られています。

ぜひ会いに来てねー。2月14日まで



### ○2月の予定

- 7日（水）平野農園野菜販売・連絡会  
家族茶話会（15時～）
- 9日（金）ミーティング  
ふわふわの会（15時～）
- 14日（水）サフカフェプレミアム
- 17日（土）餅を丸める会
- 20日（火）栗田さんの健康プログラム
- 23日（金）BR ケーキ販売（12:30～）



※当日は餅つき機を使用します！

### <つぶやき>

サフカフェプレミアムでは、ボランティアさんとお抹茶をたてていただいています。先日は、占いの本を見てみんなで大いに遊びました。2月は14日15時からです。ぜひ、のぞみに来てくださいね。おいしいお抹茶とお菓子と楽しいおしゃべりが待ってるよー。

# シード

地域活動支援センター I 型



「地域活動支援センター シード」では、精神障がいに関わる本人・家族・関係者の方に対して、  
・吹田市委託相談支援 ・地域の居場所づくり ・長期入院の方の地域移行  
を、行っています。精神障がいの生きづらさや悩みは、周囲からは理解されにくい為に、他人と関わる機会を持てずに、居場所を得られず、社会に出るきっかけが持ちにくい方々が多くおられます。  
当事者スタッフ・精神保健福祉士・社会福祉士など色々な立場のスタッフと、人との距離感・社会性を学び、自分のペースを知り、社会生活へのステップとなるプログラムを行っています。吹田市民の方は誰でも利用が出来る、社会に出るステップアップを目指します。（電話：06-6190-6694）

活動時間：月・水・金  
10:00～18:00 火・木  
12:00～20:00  
電話相談：月・水・金  
10:00～15:00 火・木  
12:00～18:00

## シード展（予告）

**シード展…4月ごろを目標に、個展を開催しようと画策しています。**

これまで、いろいろなプログラムで沢山のぬり絵、絵手紙など作成してきました。何かきっかけがあればもっとのびのびとできるかなあということで、BRのギャラリーを借りて個展を開催します。実際、準備の為に委員会？活動を始めたばかりで、どうなっていくのか楽しみに見守っている状況です。詳細が決まればまたお知らせいたします。どんな作品が並ぶか楽しみにして下さいね♪

# エスペランサ

グループホーム

## グループホームの今後③

地域にその方に適した場所や支援者がいないために長期入院を余儀なくされている方が、我が国の精神科病院には、たくさんおられる事をご承知の通りです。その中でも10年以上入院されている方はだんだん高齢化しています。総合支援法では地域移行支援という、退院できる状態なのに入院が長期化している、または長期化する可能性のある方に、入院中から退院の準備をお手伝いできる制度があります。グループホームなら退院可能と主治医から言われる方も多く、ホームが見つかるまで入院が継続されるという場合もあり、ホームの数を増やすことが急務です。ただその方の個性に応じたホームがあることが望ましいので、数だけではなく支援の質も見極めなければいけません。入院しているよりはましという理由で、たまたま空いていたホームに入られても、生活していくうちに合わないことがわかって再入院という事も珍しくありません。支援者側にとっても想像した以上に生活力を発揮される方もいれば、一人では外出すらできずその方に付き添う支援者を個別に準備しないといけない場合もあります。一人ひとりのしんどさにお付き合いするところから始まるので、一斉に同じ支援をすることが良いとも限らないのがホームの支援の難しさでもあります。

～つづく～（エスペランサ 中山恭子）

セルフヘルプグループ

# HOPE

日時：2月17日（土）13:30~16:00

場所：内本町コミセン4F 創作室

待ち合わせ時間：13:30

待ち合わせ場所：コミセンロビー

内容：29年決算報告、30年計画、  
近況報告、インフルエンザ予防等

★HOPEは当事者による当事者のためのグループです。

セルフヘルプグループとは… 同じような生きづらいつら体験を抱える人が集まり、対等なコミュニケーションを通して体験を分かち合うネットワークのことです。「HOPE」では同じ心の病をもつ者同士が、月一回場所を決めて集まっています。分かち合いの場で話されたことを他の場所で話したりしないという原則のグループです。

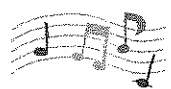


詳しくは各所にご確認ください。

## 2月の予定

ブルーリボン・きらめき	7日(水)	連絡会
のぞみ工作所	2日(金)	連絡会
	26日(月)	オープンプログラム
のぞみ共同作業所	21日(水)	連絡会
	26日(月)	(午前)のぞみ便り発送 (午後)事業説明会
サフラン	7日(水)	連絡会
	14日(水)	サフカフェプレミアム

## <のぞみふれあいコーラスの予定>



2月8日(木) 14:00 ~ 16:00

2月22日(木) 14:00 ~ 16:00

どちらも総合福祉会館を予定



# のぞみ家族会の皆さま

寒い日が続きますが、お元気ですか？

1月15日の新年会には、職員の方・家族会員合わせて22名の方にご参加頂きました。お天気が良く、メロードの最上階からの眺めも最高で…。久しぶりに楽しいひと時を過ごしました。

## お知らせ

### ①地域福祉市民フォーラム

『成年後見制度について～意思が尊重され自分らしく暮らすために～』

☆日時：2018年2月3日（土） 10:00~12:00

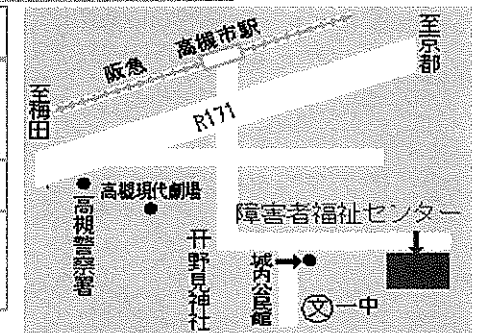
☆場所：千里市民センター大ホール（阪急南千里駅前 千里ニュータウンプラザ2階）

☆講師：松下啓子さん（社会福祉士）

講演&シンポジウム！費用無料、定員200名です。

### ②市民精神保健講座（主催：北摂ブロック家族会）

日時	平成30年2月18日（日）13:30~16:00
場所	高槻市立障がい福祉センター (高槻市城内町1-11、072-672-0672)
講師	蔭山正子氏(大阪大学大学院 准教授 保健学博士)
テーマ	「家族に向く暴力は当事者からのSOS」 —原因と解決策—



### ③大家連精神保健福祉講座

日時	2018年2月17日（土）13:30~16:00
場所	アネックスパル法円坂 5階パレストラ
テーマ	「地域で自分らしく生きる」
講師	栄セツコ氏（桃山学院大学） 当事者3名



吹田精神保健福祉ボランティアグループ

## <ボランティア情報>

## 「アムール」



♡ 鬼は外～福は内～♡  
節分は新しい年まわりの始まり

寒さがまだまだ続いていますが、体調にあわせて、それぞれの施設の活動にご参加下さい。3月のハートふれあい祭りもどうぞよろしく  
お願い致します・・・♡



- ☆ 定例会 2/13(火) 13:30~15:00 総合福祉会館
- ☆ お知らせ 2/14(水) サフカフェプレミアム (サフラン)  
各施設連絡会に出席

### ★ボランティア養成講座★

### ◇3月10日(土) ハートふれあい祭り◇

日時 2/3(土) 2/10(土) 2/24(土)  
10:00~12:00  
場所 総合福祉会館 1F 集会室  
※お手伝い下さい※

アムールはバザーと飲食で参加  
(バザー用品の提供をよろしく  
お願い致します)



## お 知 ら せ

就労移行支援事業 のぞみ共同作業所・マイフレンド のぞみ便り発送作業 2/26(月) 体づくりプログラム 事業説明会 2/26(月)	生活介護事業 <u>ブルーリボン</u> 朗読工房 2/16(金) お昼ごはんてっせ(昼食会) 2/9(金) 音楽の会 2/2(金) 2/23(金) ◇ コーヒー染めの下準備を手伝って くださる方を募集中
自立訓練(生活訓練)事業 のぞみ工作所(のぞみSHOP) お店の商品提供をお願いします 掘り出し物を見つけにきてください	地域活動支援センター(Ⅰ型) 相談支援事業 シード (予約制です。事前にお申込みを)
就労継続支援事業(B型) サフラン 連絡会 2/7(水) サフカフェプレミアム 2/14(水)	ぬり絵 2/5(月) 絵手紙 2/6(火) 街かど探検隊 2/8(木) 麻雀教室 2/13(火) 調理プログラム 2/19(月) シード de ランチ 2/26(月) おかし作り 2/26(月) ピンポン 2/27(火)
◇ 紙すきの製品を作るお手伝いをして くださる方募集しています	
テニス 4月~11月 第4木曜日 お問い合わせください 6387-1717	

※お手伝いして下さる方、内容についてくわしくお知りになりたい方、  
お問い合わせ下さい 窓口 090-4279-5787・6876-1441

## バレンタインデー



もともとはセントバレンタインという  
王様が身分違いの若くて美しい  
村娘に出会い、娘に自分とわからぬ  
ようにプレゼントをした  
というのが始まりで  
昔は男女の身分がずいぶん違ったこともある  
そっと手づくりの何かを娘たちが  
送ったのが一般的になり  
そこにチョコレートメーカーが目をつけて  
そのコマーションアルにのって  
娘たちはチョコレートを贈る  
そんな風習ができたみたい  
今でも心ある娘たちは生クリームとチョコを混ぜて  
本命チョコにするのだけ  
だんだん広まり過ぎて、本命だ、義理チョコだと言って  
本来の恋心を伝えたいという  
大切な気持ちが抜けてしまつて  
ちよつぱり寂しいバレンタインデーになったのかなあ

いじり みどり

### <編集後記>

年が明け、あつという間に2月となりましたね。最近寒波も激しくなり、東京では何年かぶりの積雪になるなど、より一層こたつが恋しくなる時期ではないでしょうか。私も家に帰ってこたつに入ると、なかなか外に出るのが億劫になってしまい、つついぐうたらしてしまいます。結果、こたつで居眠りしてしまい少し体調を崩してしまいました。風邪やインフルエンザが流行る季節、皆さんも体調にはお気を付けてください。春の陽光が待ち遠しいですね。(布原)

## 社会福祉法人のぞみ福祉会

●法人事務局	泉町5-9-6「のぞみ共同作業所」内
●のぞみ共同作業所 マイフレンド	就労移行支援 泉町5-9-6(2階) TEL/FAX 6338-1401
●のぞみ工作所 (のぞみSHOP)	自立訓練(生活訓練) 高浜町6-6 TEL/FAX 6319-3861
●サフラン	就労継続支援B型 青山台2-1-9 TEL/FAX 6873-2178
●ブルーリボン きらめき	生活介護 佐竹台4-11-15 TEL/FAX 6337-4433 吹田市五月が丘9-10 TEL/FAX 06-6385-2713
●シード	・地域活動支援センター(Ⅰ型) 泉町5-9-6(1階) TEL 6190-6694 (FAX 6695) ・吹田市委託相談支援 他
●トロイム	・指定特定相談支援 泉町5-9-3-202 ・指定障がい児相談支援
●エスペランサ	グループホーム エスペランサ、エスペランササテライト よつば荘、ピオラのぞみ、ピオラのぞみサテライト プレジールのぞみ