

Feb. 2015

No. 206

2

特集：『あすなろ福祉会が生まれ変わります！』

平成27年3月4日 NEW OPEN！

ぱる通信

地域精神保健福祉コミュニティー誌

三月四日(水)オープン

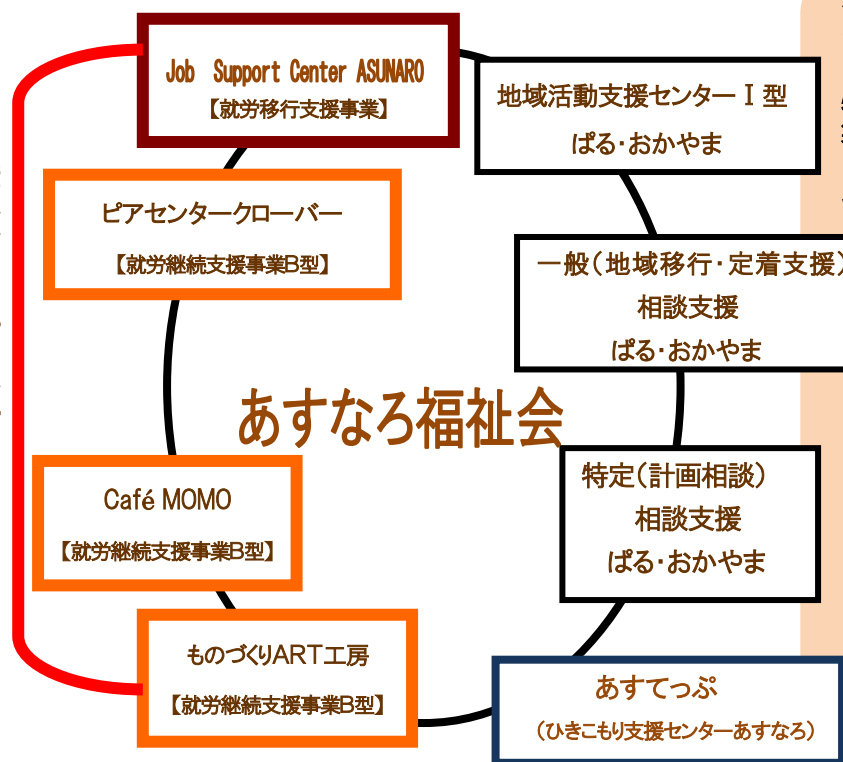
あすなろ福祉会が

生まれ変わります!



岡山市北区表町三丁目「ジョブサポートセンターあすなろ」地域活動支援センター「ばる・おかやま」「カフェMOMO」「あすてっぷ(ひきこもり支援センターあすなろ)」の新しい事業所が誕生します! 天満屋岡山店より徒歩五分という、利便性の優れた場所です。今月号では、新しい事業所の概要について特集します。

多機能型事業所あすなろ



働く、暮らす、仲間作り
街中の総合相談窓口

平成二十七年三月四日(水)、四事業所(「ジョブサポートセンターあすなろ」「地域活動支援センターばる・おかやま」「カフェMOMO」「あすてっぷ(ひきこもり支援センターあすなろ)」)が新しい複合事業所として誕生しています。これまでの、それぞれの事業所の特徴を活かしサポートを行ってききましたが、今後はそれぞれの機能を活かしながら、一体的にニーズに応えていくことが可能になります。

岡山市北区表町という利便性に優れた場所であり、多くの方が気軽に立ち寄ることが出来るような、あたたかい居場所作りを目指していきます。

事業体系は上図のように変わります。これまでの活動と変わったのは、特徴ある就労継続支援B型事業が加わった点にあります。ピアサポート活動の普及拠点として「ピアセンタークローバー」、食を通じて元気になっていけるあたたかい居場所「カフェMOMO」、陶芸、絵画など、ものづくりを通じて自分らしさを表現する「ものづくりArt工房」です。

表町商店街内の二階建て建物内でそれぞれの事業所が連携しサポートしていきます。

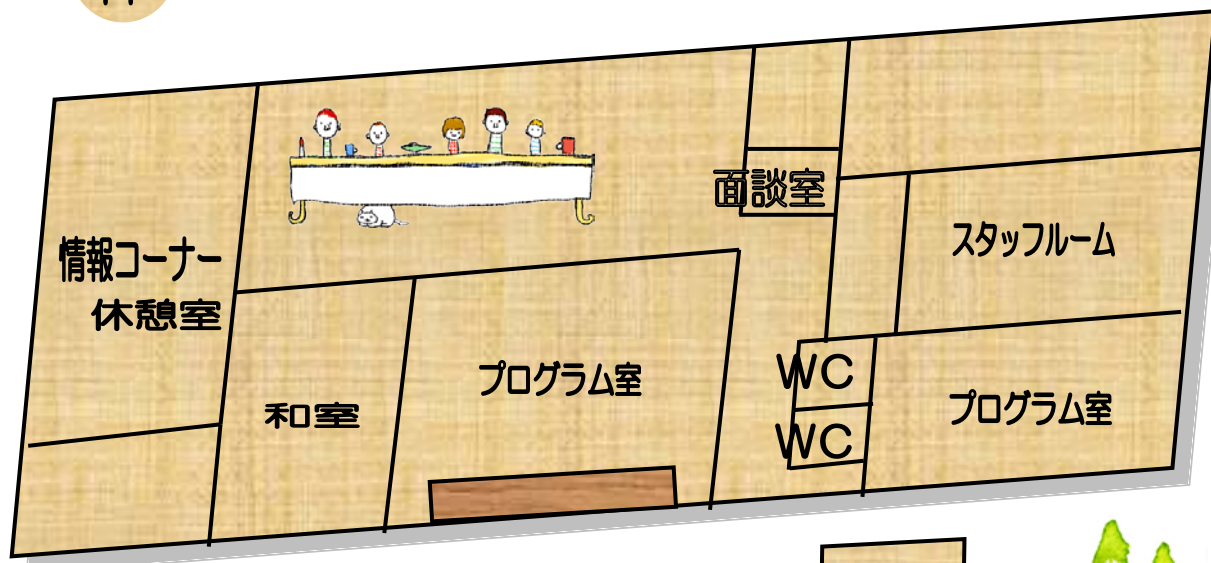
働きたい!をサポートする
多彩なプログラム

一階の「ジョブサポートセンターあすなろ」では、就職のためのサポートはもちろん、仕事生活を継続していくために必要な、就職後のサポートを行います。

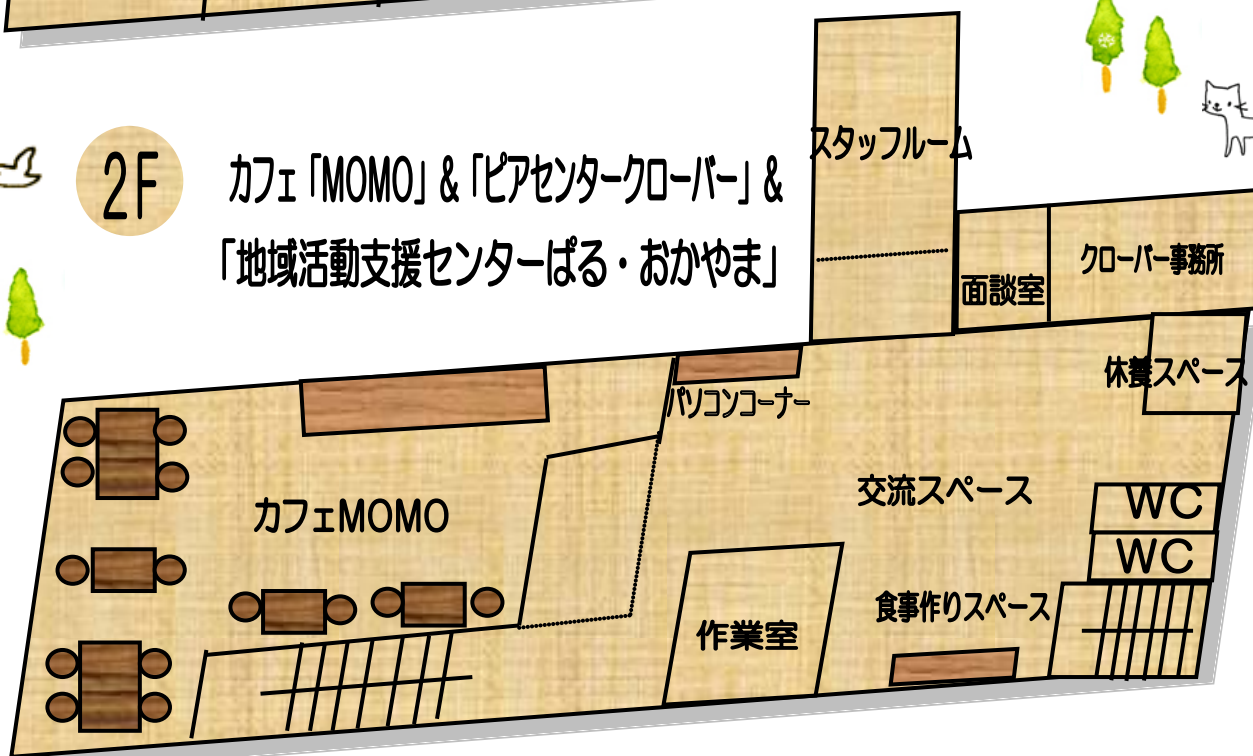
事業所内では、グループワークを通じて、ビジネスマナーやコミュニケーションスキルの獲得を目指したり、病気や障がいと上手に付き合うための「自己理解」を一緒に考えていきます。事業所外では、企業見学や企業実習での就労体験を通じて自分に合う職種や環境を見極めていきます。就職後は、ジョブコーチの資格を持ったスタッフが、働く当事者の方と雇用主との橋渡しや働く環境に慣れるためのサポートも行っています。



1F 「ジョブサポートセンターあすなろ」 & 「ひきこもり支援センターあすなろ」



2F カフェ「MOMO」 & 「ピアセンタークローバー」 & 「地域活動支援センターばる・おかやま」



良さを引き出し、
仲間づくりを応援！

二階への階段を上がると、大きな窓からあたたかい光が入り込む、「カフェMOMO」があります。オープンキッチンで、お客様を笑顔でおもてなしします。和洋の日替わりランチや、こだわりのコーヒー、また土曜日の営業では、プチ贅沢な週末ランチの提供も行います。手作りスイーツもお楽しみ頂けますので、ぜひ一度、お召し上がり下さい。

地域のお客様に愛されるカフェ作り

同じフロアの「あすなろひきこもり支援センターあすなろ」は、平成二六年九月より、「岡山市ひきこもり地域支援センター」の業務一部委託を受けて、事業を開始しました。

社会参加を応援するためのグループ活動や安心できる居場所作りを行っています。グループ活動内容は参加メンバーと一緒に考えていきます。これまで女子会、しゃべり場、季節に合わせたレクリエーションなどを実施しています。更に、就労したいという希望が出てきた方には、職場見学や就労体験・実習などの就労のサポートを行います。

見学・体験通所の希望は随時受け付けています。また「事業所説明会を開催します。詳しくは次ページをご覧ください。」

を目指していくのは当然ですが、同時に就労移行支援事業B型事業所として、自分らしさを取り戻し、仲間と共に、充実した時を過ごすことが出来るような、居場所作りを目指していきます。

同じ二階のフロアーにある「地域活動支援センターぱる・おかやま」では、これまでと同様に交流スペースの提供や当事者活動支援、地域交流活動、相談支援活動を中心に行います。

これまでの活動と異なる点は、ピアサポータークロバーの活動が「ピアセンタークロバー」の活動として、同フロアーに事務所を持ち、よりピアサポート活動の認知や普及のための活動を行っていきます。ぱる・おかやまの交流スペースの運営に加え、退院支援、講演活動、ピアサポート活動の勉強会や普及活動(ピアカウンセリング講座の開催)、グループワーク(WRAP、当事者研究)の開催、情報発信(ホームページの管理)など、より活動範囲を広げ、ピアサポーター自身も更に専門性を高めることを目指し、活動を行っていきます。

多機能型事業所 あすなろ

(就労移行支援事業所／就労継続支援B型事業所)

Mail : asunaro_fuku@mx32.tiki.ne.jp

ジョブ サポート センター あすなろ ◆Job Support Center ASUNARO

〒700-0822 岡山県岡山市北区表町 3-7-27 / 1階

TEL : (086) 201-1432

FAX : (086) 201-1434

モモ ◆Cafe MOMO

〒700-0822 岡山県岡山市北区表町 3-7-27 / 2階

TEL : (086) 201-1718

FAX : (086) 201-1713

◆ピアセンター クローバー

〒700-0822 岡山県岡山市北区表町 3-7-27 / 2階

TEL : (086) 201-1719

FAX : (086) 201-1713

◆ものづくり Art 工房あすなろ

〒703-8256 岡山県岡山市中区浜 475-5 / 1階

TEL & FAX : (086) 273-9692

ぱる・おかやま

(地域活動支援センター I 型／相談支援事業所)

〒700-0822 岡山県岡山市北区表町 3-7-27 / 2階

TEL : (086) 201-1720

FAX : (086) 201-1713

Mail : pal-oka@mx35.tiki.ne.jp

あすてっぷ (岡山市受託事業)

〒700-0822 岡山県岡山市北区表町 3-7-27 / 1階

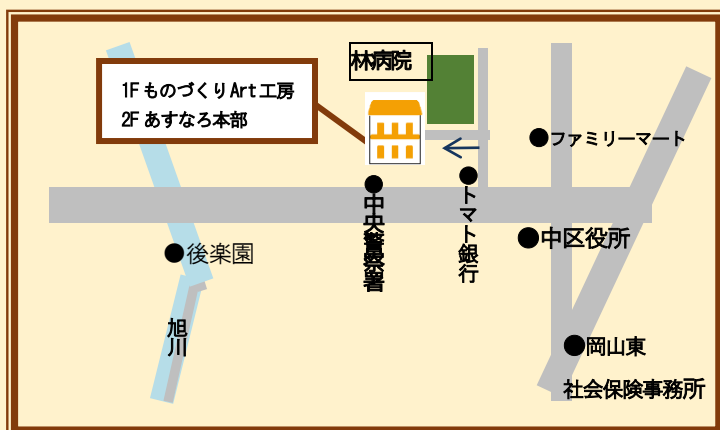
TEL : (086) 201-1433

FAX : (086) 201-1434

あすなろ本部

〒703-8256 岡山県岡山市中区浜 475-5 / 2階

TEL & FAX : (086) 273-9692



ちょうフェス 通信



ちょうフェス2015に向けて、各班スタートします！

1月20日、きらめきプラザにて『調子はえーんじゃフェスティバル』第6回実行委員会が開かれました。所属を越え、岡山県内に住む当事者・支援者など14名が集まり、pl大会について、本大会の内容について、寄附の集め方など…が話し合われました！

「調子はえーんじゃフェスティバル 2015 pl大会」開催するよ！

精神保健福祉シンポジウム

『障害からの回復～働くこと 仲間をつくること～』

日時：平成27年2月21日(土)14:00～16:00(受付13:30～)

会場：岡山県生涯学習センター 大研修室 (岡山市北区伊島町3丁目1-1)

精神障害からの回復には働くこと、そして仲間をつくることが大切。そのためにどんな取り組みをしていて、何ができるのか！シンポジウムでじっくりと深めていきます。

フェスティバルでやりたい事を実現する為に！

『ムービー』、『全体企画・シンポジウム・講演』、『出し物・出店・展示』、『事務局・広報部』と、それぞれが興味のある班に分かれ、今後のスケジュールについて考えました。

班毎の活動について

○ムービー班 2月10日にムービー班で集まり、どのように撮影していくか、出演者募集の仕方について話し合いました。

「心の病と共に歩みながらも出会う事ができた『ありがとう』を語りませんか？」

出演者募集チラシも作成していきます♪

○全体企画・シンポジウム・講演班集まり

3月10日(火)13:30～ 場所：ぱる・おかやま(岡山市北区表町3-7-27 2階)

○出し物・出店・展示班集まり

3月19日(木)15:00～ 場所：カフェ MOMO(岡山市北区表町3-7-27 2階)

岡山市障害者自立支援協議会フォーラムで展示しました♪

2月11日(水)、岡山ふれあいセンターにて岡山市障害者自立支援協議会フォーラム『おかやまであらたに暮らす』が開催され、展示コーナーで「岡山市精神障害者団体連絡会」「調子はえーんじゃフェスティバル」の活動を紹介させて頂き、たくさんの方が興味をもって訪ねてくれました♪



ありがとうの本も展示したよ♪

第7回実行委員会

日時：平成27年3月17日(火)13:30～

場所：きらめきプラザ7階 702号室

内容：pl大会について

投稿コーナー

先日、梅と出会いました。今年初めて春を感じた瞬間でした。三寒四温で徐々に春に近づいているといいますが、まだまだ寒い日が続きますね…



坂を登るのに疲れた時
フツと口に入れたお菓子に
癒される
人生という山に疲れたとき
フツと耳にした唄に
癒される
迷路に迷って疲れたとき
出口で手招く彼女に
癒される
どんな時も
人には救いがある
それを気づくか
気づかないか
助けとは
そんな単純な
もののなのかもしれない
匿名希望

ぱるっ広場

書初め&お雑煮会★



1月8日(木) みんなで新年会として書き初めを行いました！
「懐かしいな～」と話しながら墨汁と筆を使って、それぞれが
思い思いに筆を滑らせて書初めを楽しみました★そして野菜と
鶏肉のたくさん入ったアツアツのお雑煮を頂きました！なんと
多い人で「5個」もお餅を食べた方もいらっしゃいました!!楽し
いひと時でした★



つづきをしたよ★
一月一六日(金)、五名の方が
参加し、つづきを行いました。テー
マは『成人式』。それぞれの成人式
の思い出について話しました。「成
人式には出る予定だったが、寝過
ごしてしまった。大学生だったが、
勉強せずにその頃やっていたストリ
ートファイターⅡや、信長の野望
等のゲームばかりやっていた。」「成
人式には体調が悪かったので出れ
なかった。最近の成人式で、熊本
県阿蘇市長がパフォーマンスで歌を
歌っているのをYouTubeで見ても
かった。」「浪人中だったため、出席
せず。今回、あすなろで成人にな
るメンバーがいて祝う事ができて
よかった。」「私も成人式には出て
おらず、家で漫画を読んで過
していた。」「などの話が出ました。今
回参加したメンバーはみんな成人
式に参加していなかったことが分か
り、「自分だけではなかった」とほ
つとすることができたと話しまし
た。

感想・投稿 募集中!
詩、俳句、絵、ジャンル不問
です。郵便、メールfax等でご
投稿 下さい♪お待ちしております★

古楽日和

藤井健喜

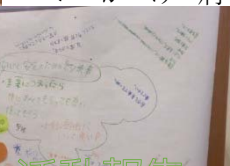
知り合いの人が「あの人は本当に死んだ
のですか?」と尋ねてきた。「誰のことです
か?」と聞くと、ビンラディンのことだと
いう。「あの人はアメリカの特殊部隊に殺さ
れたんですよ」と筆者は答えたが、答えた
あとになって、さて、あの人は本当に殺さ
れたのだろうかと思ったりもした。しかし、
ビンラディンは生きていたという話は聞か
ないから、やはり殺されたんだろうと思う。
とはいえ、アメリカが敵視するのは、同
時多発テロを命じたビンラディンという男
であり、それを実行したアルカイダのテロ
リストたちであると信じている。これが、
普通に暮らしている一般のイスラム教徒ま
で敵視しているのだとすれば問題だろう。
なぜなら、彼ら(一般のイスラム教徒)に
は何ら非はないのだから。
アメリカが敵視するのはテロリストだと
書いたが、そのテロリストたちがなぜテロ
に走るのかといえば、自分たちが貧しいか
らだ。そして経済的に豊かな先進国が先進
国の都合のいいように世界経済を動かすの
で、それで自分たちの国やそこに住む自分
たちは、ますます貧しくなっているのだと
考えているからだ。
イエス・キリストは「隣人を自分のよう
に愛しなさい」といった。世界中の人々が
「隣人」であるならば、人々はお互にわか
り合い、仲良くしなければならぬのだ。

1/21

7/21 精神科医療センターで
定期交流会♪ WRAP したよ★



ピアサポーターグループクロ
バーは「こころの健康センタ
ー」の退院意欲向上事業のひとつとして十一月より精神科医療
センターへ月に一回訪問し、入
院患者さんと交流会をしていま
す。一月で三回目となり今回は
WRAP（元氣回復行動プラン）
を行いました。自分の元氣の道
具箱を皆で出し合い、良い時間
を過ごすことができました。定
期的に訪問をすることで徐々に
お互いの緊張もとれ、次回の訪
問が楽しみになってきました。
この交流会を通して希望を感じ
てくれたり、病
院と地域の懸け
橋になることが
できれば嬉しい
です。



活動報告

座学からコンニチワ

ジョブサポートセンター
Job Support Center Asunaroの就労プログラム

「ジョブサポートセンターあすなろ」では就労を目指す方に座学を提供し、グループで意見を交換しながら「就職」に向けてモチベーションを高めています。座学の一部をご紹介します。

■ 1/24(土)和太鼓體驗

和太鼓修行中のスタッフが、^{せんそう}僭越ながら和太鼓の基礎的な知識や打ち方をメンバーにお伝えさせていただきました。最初は大きな音にビックリされたり、恥ずかしそうに打っていた方も、体が温まるにつれて思い切り打ち鳴らすようになりました。和太鼓の音はお母さんのお腹の中で聞く心臓の音に似ていると言われ、聞くと安心できる音だそうです。手首の使い方、筋肉の使い方を工夫すれば老若男女誰でも楽しめるのがよいところでもあります。次回開催は未定ですが、やってみたい！と思われる方はぜひご参加ください！（^o^）



座学への参加には「ジョブサポートセンタ
ーあすなろ」の登録が必要になります。
お問合せ下さい★★★

第四回『癒し場』開催しました♪

発達障害や対人関係が苦手の人の癒し場

寒い日でしたが、参加者六名（内見学三名）にご参加頂き、『休みの日はどう過ごしてる？（予定が無い時等）』『自分は上手いかなかったが、みんなの在職中はどうだったか？どんな経緯で福祉事業所を利用するようになったか？』『家族との仲はどうですか？どう築いていますか？』という三つのテーマについて話をしました。

『休みの日の過ごし方』について、『ひたすら寝ている』『昼夜逆転になってしまふ』などの発表がありました。主催者である自分は他人に「自己理解が出来ているね」とよく言われます。しかし、実はこれは社会からドロップアウトして予定の無い日々を孤独に過ごす中で、時折『今の自分、将来への自分への絶望・不安』や『在職・在学中の苦しみ・悲しみのフラッシュバックや反省』を嫌でも感じ考えてしまう事の繰り返しが生んだ苦しみの産物のようなものです。望まない自己の振り返り”は多くの参加者が経験した共通の苦しみでもありましたし、だからこそ、それから逃げる為に『暇な時間の過ごし方』というのはとても大きいテーマでした。

また在職・在学中に、当たり前の事が人並みにこなせない屈辱・傷心や絶望という経験も語り合い、共感し合いました。

また同居している家族に病氣のことを「わがまま」だと言われ、理解してもらえない、病氣を分かってもうえない苦しみで共感し合う場面もありました。「人並みに朝起きれない」「他人が氣にならないことが氣になる」「等なかな理解してもらえないようなことです。福祉事業所に通って生活リズムを整えるようにする、同じ苦しみを経験している人と交流をすることによって気持ちを前向きなリズムにしたいと目標を持つ人もいました。

当事者同士の苦しみ・悲しみの共有というのは、支援者の支えとは別口のとても大きな安心を生むような気がします。一方で、たとえ共感できる人が周囲にいないからといつても、その孤立した苦しみ・悲しみは社会に尊重されるべき大切な感情だと改めて感じました。

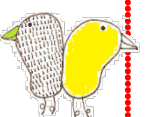
◆次回予定◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆

2月17日(火)13時半～

多くの方の御参加を心からお待ちしています。見学・途中参加も歓迎です！

*他の参加者を批判したり改善を強要しない事を第一のルールにしています。

1/14



INFORMATION

2月の予定

2月		
13	金	つどい 10時半～ ソフトボール13時～ 女子会 14時～15時半
14	土	お抹茶サークル14時～
15	日	カラオケサークル10時～
16	月	
17	火	パソコン講座 10時～ 芸術活動「絵画」10時～ 「陶芸」13時～ いやし場 13時半～
18	水	SST 10時～ 手芸 13時半～
19	木	
20	金	ソフトボール13時～
21	土	<div>2月21日(土)～ 3月2日(月)まで ぱる・おかやま と ジョブサポートセンター あすなろは 引っ越しのため お休みします*</div>
22	日	
23	月	
24	火	
25	水	
26	木	
27	金	
28	土	
3月		
1	日	
2	月	
3	火	PM 新事業所お披露目会
4	水	新事業所始動
5	木	
6	金	ソフトボール13時～
7	土	
8	日	
9	月	
10	火	パソコン講座 10時～ 芸術活動「絵画」10時～ 「陶芸」13時～
11	水	
12	木	
13	金	ソフトボール13時～ 手芸 13時半～
14	土	お抹茶教室14時～
15	日	

※日程が変更になることもありますのでご確認ください

13日(金) おしゃべり大好き女子集まれ! 女子会♪

毎月1回、楽しい雰囲気の中、テーマを決めて
女子トークに花を咲かせています。

時 間 14時～15時半
場 所 ぱる・おかやま 2階

14日・3月14日(土) お抹茶教室

みんなでまったりお抹茶とおいしい和菓子を食べ
ませんか? (^_^)

時 間 14時～15時
場 所 ぱる・おかやま 2階 ※参加費 100円

17日・3月10日(火) 芸術活動 絵画・陶芸

絵や陶芸を通して独創的な作品と一緒に作りま
しょう(^u^)

時 間 絵画 10時～12時 陶芸 13時～15時
場 所 本部 (元 ぱる・おかやま)

17日(火) いやし場 発達障害・人間関係で悩んでいる方のいやし場

興味のある方はお気軽にご参加ください(*^^*)

時 間 13時半～15時
場 所 ジョブサポートセンターあすなろ

<2月のピア電話相談日>

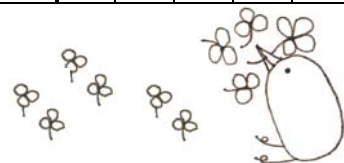
ピア電話相談とは

同じような病気の経
験をしたピサポーター
グループクローバー
が、お電話であなた
のお悩みをお聞きし
ています^^

ピア
電話相談
(086)
270-3325

お気軽におかけ下さい!

	火	水	木	金	土
	10	11	12	13	14
AM	×	×	×	○	○
PM	○	×	×	○	○
	17	18	19	20	21
AM	○	○	○	○	×
PM	○	○	×	○	×
	24	25	26	27	28
AM	×	×	×	×	×
×	×	×	×	×	×



- 発行: 社会福祉法人あすなろ福祉会
- 〒703-8256 岡山市中区浜475-5
- 編集: ぱる・おかやま
- TEL: 086-270-3322 FAX: 086-273-9692
- E-mail: pal-oka@mx35.tiki.ne.jp