

# ぱる通信

地域精神保健福祉コミュニティ一誌

1

No. 216  
Jan. 2016



新年明けましておめでとうございます  
各事業所より新年のごあいさつ



# 明けましておめでとう ございます



謹んで、新年のお慶びを申し上げます。

新年を迎えるにあたり、日頃よりあすなろ福祉会にご理解とご支援を賜り、改めて心より御礼申し上げます。

昨年はあすなろ福祉会設立後大きな決断として、3月に岡山市中区浜から岡山市北区表町に活動拠点を移し、表町商店街の方々と共に「うらじや」「まちゼミ」「日限の縁日」への参加を通じて地域づくり、街創りにエネルギーを傾けてまいりました。5月には働き続ける中で出てくる悩みや困りごとの相談にのってほしい、居場所が欲しい、働く仲間同士つながりたい、余暇を楽しみたいという要望を受け、「働く障害者の交流拠点事業（たまり場）」をスタートさせることが出来ました。

本年も「住みたい地域で安心して暮らすことができ、生きがいを感じられる生活の場づくり」「自分らしさが尊重され、人としての誇りと自信を取り戻せる居場所づくり」「温かさ・優しさ・人としての絆を大切にした、誰もが生き生きと暮らすことができる地域づくり」の理念のもと、これまで築き上げてきたものを大切にし、職員一同さらなる研鑽を積み、地域の皆様に一層お役にたてるよう努めてまいります。今後ともご理解・ご支援をいただきますようお願い申し上げて、新年のご挨拶とさせていただきます。



社会福祉法人あすなろ福祉会  
多機能型事業所あすなろ  
管理者 杉原 直義



# 各事業所より新年のご挨拶

## ジョブサポートセンター ASUNARO



みなさま、新年あけましておめでとうございます。昨年は、あすなる福祉社会の引っ越しからスタートし、「暖く間に過ぎて行った一年のように感じます。

「自分らしく、いきいきと働きたい」と「ジョブサポーター」に新たに登録された方、一五名も加わりスタートを切った二七年。一年の終わりに、「今年を振り返つてみよう」ということで、メンバーそれぞれに漢字一文字で自分自身の一年を振り返つてもらいました。「輝」「優」「心」「積」「愛」など…それぞれのメンバーの一年間がこの言葉やエピソードに詰まっていました。そんな、メンバーみんなの想いや様子を一年間共に過ごしてきましたスタッフなりにジョブサポを一字で表すと「彩」でしょうか…一人ひとりの個性が大切にされた、とても優しくて、温かな空間でした。みんなで作った居場所だつたからこそ、いろんな「色」、で彩られ、個性がいろいろと「輝」やけたのだと思います。さて、今年はどうな一年になるか。今からわくわくが止まりません♪「夢や希望はなんですか?」「どんな一年にしたいですか?」みんなが、いきいきと自分の夢や希望を語り合え、可能性を伸ばしていける場として、今年もジョブサポは在りつけたいと思います。本年も、どうぞよろしくお願ひいたします!

TEL(086)101-1431

一一七一八

## Café MOMO

新年あけましておめでとうございます。

昨年は、お店の引っ越しや、新店舗「焼き菓子と雑貨 MOMO」のOPENなど沢山の

皆様に御協力を頂きました。MOMOメンバーも新たなメンバーが少しずつ増え、新年を明るく迎える事が出来ています。現在のMOMOメンバーは二三名。皆、それぞれの目標や希望、将来へ向けてあすなり。MOMOでの活動を通して、日々頑張っています。

今年は、メンバーがそれぞれの目標や希望を去年より少しでも実現できるように、また、MOMOに来て下さるお客様に少しでも素敵な時間を過ごして頂けるよう、協力しあいながら頑張っていきたいと思います。その為には…まずは笑顔♥MOMOには笑顔の素敵なメンバー・スタッフが沢山いる!!(はず!?)と思します!是非、MOMOに来ていただき、美味しいご飯や焼き菓子と共に、笑顔も感じていただければと思います。笑顔はプレイレス♥MOMOでは新メンバーも募集しています。「Café MOMO」や「焼き菓子と雑貨MOMO」に興味がある方はご連絡お待ちしています。

平成二八年もそれぞれの目標を大切にしながら、笑顔を絶やさず、素敵なお店作りをします。どうぞ本年もよろしくお願い致します。TEL(086)101-1431

新年あけましておめでとうございます。

岡山市の委託を受けスタートした「ひきこもり支援センターあすてっぷ」が発動して一年余りがたちました。日々増加傾向にある大人のひきこもり対策は、今後の日本経済において見過すことのできない大きな課題となっています。より「個」を大切にした丁寧な支援が求められる中、日々のプログラムの提供、就労への動き、生活も含めたモニタリング等、試行錯誤の一年でした。

あすてっぷでは一人ひとりの個性や希望を尊重しながら、日々の活動に取り組んでいます。それぞれのニーズは多種多様であり、スタッフ個々の力量不足も重なつて十分にお応えできないこともあります。日々精進を心掛け、今年も利用者の皆様方が自尊心を持ち、安心して社会とつながっていくよう、一緒に歩んでいきたいと思います。今後とも関係者の皆様のご理解と支援をお願い申し上げます。

## あすてっぷ





## ものづくりArt工房あすなろ

プログラムの一環としてスタートした陶芸・絵画が、『ものづくりArt工房あすなろ』という就労継続支援B型としてパワーアップして一年が経ちました！昨年は新事業所として、「あすなろだからできる」ものづくりのかたちを模索した年でした。

一緒に活動する仲間が少しずつ増え、素敵な作品に出来上がることが出来ました。仲間の作品やあすなろの活動を知つて地域の方々がボランティアや陶芸体験をしにきてくださいました。たくさんの方たちの支えがあつたからこそ、今を迎える事が出来たのだと思います！本当に感謝です、ありがとうございました！！

今年は、「魅力ある作品をもつと世の中に知つてもうつために！どんな人にも親しみやすいものづくりを！」という目標を掲げ頑張っていきたいと思います！わっしょい♪ それでは、新年の挨拶として少しだけ『ものづくりArt工房あすなろ』の活動を紹介させていただきます♪♪



工房(右写真一)ここで次々と作品が生み出されます。(写真下)メンバーさんの作品。作り手によって雰囲気が全く異なります。見ていてとても面白いです！↓



スタッフが手に持っているのは、壁掛けお守りの「八尾狐」「八咫烏」とある神社のお守りとして制作しました。メンバーさんがデザインを考えてくださいました、本当にかわいいお守りです。



一七一九

## ピアセンタークローバー

今年の一月に『岡山市くらしやすい福祉のまちづくり』『やら表彰を受ける』ことが決まり、これまでの10年間の活動が、認められたことを嬉しく思っています。それを受けて、今年は「ピアセンタークローバー」の活動をより充実させていきたいと思います。今まで行った活動を継続していくことはもちろんですが、その都度、原点を振り返り、私たちが私たちにしかできない活動をしていければと考えています。

### 岡山市ピアサポーター派遣事業が平成二十六年から始まり、病院や地域とつながりを沢山もつ」ことができ、私たちの活動が必要とされ

てきています。昨年は活動を共にする仲間も増え、活動の場も増えて、手ごたえを感じることのできる一年でした。

リカバリーストーリーをそれぞれが語れるよう学びの機会を増やして、より安心して自分を表現できる、みんなで支え合える、成長できる場を目指す」とそれぞれの良さが活かされ、信頼できる仲間、ピアサポートとして活動幅を広げていきたいと思います。TEL:(086)101-1710



↑ぱるの皆で初詣に行きました♪



↑皆で年末の大掃除♪がんばりました！

## ぱる・おかやま

昨年は、三月の移転に伴い、浜から表町へと移りました。あすなろ福祉会の事業所がひとつとなり、「ぱる・おかやま」は、より憩の場としての機能を発揮し、多くの方で賑わったように思います。「皆が安心して過ごせる場・元気になれる場」として、利用者同士で支え合い、語り合い、様々な新しい企画も生まれ活気のある年でした。中でも昨年は「調子がえーんじゃフェスティバル2015」の開催・運営に携わり、多くの他機関の当事者、支援者、学生、家族、行政機関と力を合わせ、大きなイベントを成し遂げることができたことは大きかったように思います。関わった方、一人一人が自分の特技や個性を發揮でき、キラリと光っていたように感じます。また一層、仲間の力、地域とのつながりを感じました。今年もぱる・おかやまに来られた方が、「安心できる、ホットができる、そして元気になれる」場を田指し、利用者皆で良い場をつくっていければと思っています。今年もよろしくお願いします。

TEL:(086)101-1710

# 投稿コーナー



どんな寝相で  
寝てたんだ?

明けましておめでとうございます!!  
みなさんは初夢はどんな夢をみましたか? (^u^)  
みんなにとって良い一年となりますように☆

ぱるつこ広場

## お菓子づくりサークルをしたよ☆



平成二七年一一月二二日(木)、月にお菓子づくりサークルでクリスマスケーキ作りを行いました。今回は、フルーツや生クリームを準備して、ロールケーキに参加者それぞれでデコレーションをしました。ホールケーキのような「コレーションやブッシュド・ノエルのようないい」デザインまで、楽しく美味しくできました。

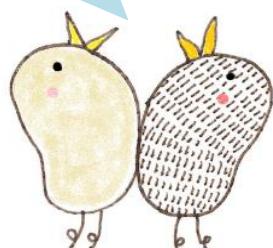
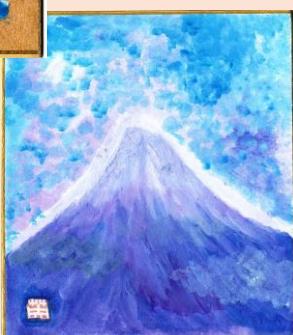
ぱるつこ  
広場

←『初夢』



『ほんのり風景』→

英聖さん作



**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♪待っています★

以前、資本主義と民主主義について考察した際、民主主義において、国民の意識が単に自分たちの利益ばかりを優先してしまうと衆愚政治になってしまふと書いた。衆愚政治とは自覚のない無知な民衆による政治のことだ。これはつまり国民が、自分たちの私利私欲にばかり走り、社会全体の利益を無視した結果として、政治が堕落する可能性を筆者なりに指摘したものだった。

それならば、国民の意識が社会全体の利益を優先すればよいのか? ということになると、ところが事はそう簡単ではない。そうすると、今度は全体主義に陥る危険性が出てくるのだ。全体主義とは辞書によると、個人の自由や幸福より、国家や民族全体の利益を一番重要なものと考える政治上の考え方。第二次世界大戦中の日本の軍国主義やドイツのナチズムなど、とある。

そうなってしまった場合には、もはや取り返しのつかないことになる。しかし、かといって各人が私利私欲に走ってしまうっては、國としての統率は取れないだろう。それは単に欲張りな人間の集まりであり、国ではない。

人は自分が幸福でありたいと願う。そして幸福に暮らしたいと願う。だから国家というのは、国民ひとりひとりのそういう願いを叶える努力をしなければならない。だがそれが社会全体、すなわち国の利益を最優先することにつながつてもまずいわけだ。何とも惜ましい。

古樂日和こがくひより

藤井健喜

# 今月のさらり

という状況の繰り返しは変わりませんでした。

## 【回復の兆しから辛い日々】

少し時間は遡りますが、十七歳の頃に摂食障害（過食嘔吐）になり、二十二歳頃から電話によるカウンセリングを週に一回受けていました。それによって摂食障害だけでなく他の問題も次第に解決していく、安堵した頃にカウンセラーから思わぬ誘いを受けます。

「君はカウンセラーに向いているから、こっちに来て一緒にやらなさいか」

今までこそ法整備が追いつきつつあり、日本でもカウンセラーが公的に認められようという動きがありますが、当時は『私はカウンセラーです』と言つてしまえばそれで成立してしまつといつて時世でした。そのカウンセラーに恋愛感情転移を起していた私はその言葉を信じて、何もかもを捨てて横浜へと向かいました。

こんな感じでノーテンキキャラが売りになつていていますが、今にして思えば小学生の頃から何だか変でした。【意気込んで学校に行く→突然学校に行きたくなくなる→家族がうるさいので泣々登校する→やつぱり学校に行きたくなくなる→新学期だから今度こそ頑張つて】……の繰り返しでした。

それは大学を卒業してからも変わらず、新たな職に就いてしばらく経つたら突然行きたくなくなる

職を辞めました。そしてそこで始めてメンタルクリニックに通うようになりました。  
ついた病名は『全般性不安障害』。処方される薬はデパスのみでした。

## 【やつとたどり着いた安定の日々】

一旦は全てを捨てて実家から飛び出してしまったので極まりが悪く、郷里である岡山に戻る踏ん切りがなかなかつきませんでしたが、当時付き合っていた恋人と疎遠になつた」ともあり、約六年を過ごした横浜から帰郷することを決意しました。

ところが、そこでも否応なく突きつけられる容赦のない現実。いい歳になつても結婚しようとしている私に対し、家族はあれやこれやとせついてきます。心を土足で踏みにじられるような」とまで言われました。私は既に恋愛や結婚に対し前向きな印象など微塵にも感じなくなつていたので、それが鬱陶しく、また辛くて仕方ありませんでした。

そういうしている間に、かつて経験していた【仕事に行く→突然行かなくなる】のループが始まります。手持ちのデパスが無くなり離脱症状にも悩まされる」ともあって、再びメンタルクリニックに通うことになります。そこでようやく『持続性気分障害』という診断が下されました。処方されているムードスタビライザーの効果もあり、非常に落ち着いた日々が、やつとのことで訪れたのです。

## 【残りの人生は好き勝手生きよう】

そんな矢先に、厄介な病気が発覚します。

頭部にできだし「りが気になり皮膚科を受診したところ、「うちでは無理だから」と大学病院を紹介されました。

皮膚生検の結果、診断された病名は『悪性リンパ腫』という血液のがん。それを聞いた瞬間、「あ、私、死んだー」と思いました。

幸いにも進行が緩やかなタイプのもので、現在経過観察中です。「一回死んだのも当然だから、残りの人生は好き勝手生きよう」と開き直った私は、金策をすべく就職することを決意したのです。

## 【就職への一步は切実な叫びから】

そこで新たな問題が発生します。

病気療養のため家に引き籠ること約五年。人と接する方法などすっかり忘れてしまい、働きに出ようにも直接でどうしたらいいのか分からず。そもそも応募の電話すらできなかつたのです。

困惑した私はインターネットでジョブサポートセンターあすなろのことを知り、一通のメールを送りました。

“私は現在、岡山市〇区にて一人暮らしをしております。

仕事に出たいのですが、約五年間働きに出ていないので就職活動がうまくいきません。

## 【そして、今】

現在では、市内の某文房具屋にて商品管理及び接客業務に当たっています。

精神障害者保健福祉手帳三級を持つているのですが、そちらのサービスを利用する」ことは可能でしょうか? どうかよろしくお願ひいたします。 ”

精神障害者保健福祉手帳三級を持つてはいるのですが、そちらのサービスを利用する」ことは可能でしょうか? 実した日々を過ごしております。

切実な叫びだったのを今でも覚えています。

## 【あすなろへ通所して】

昨年の六月から始まつたあすなろ通所。

あすなろで生活のリズムを整えながら就職に向けてのプログラムは非常に楽しく、刺激的なのにいかか穩やかな日々でした。



↑ 気の置けない友人たちとのお茶会

入社してまだ日が浅く、緊張感もありますが、充実した日々を過ごしております。

今後の展望としては、まず何よりも『仕事を休まない』の一言に尽きます。過去に何度も挫折しているので、これは生涯最大のテーマですね。

あとは……そうですね。刀剣鑑賞が趣味なので、自分で稼いだお金でもってあちこちの博物館を巡ります。

長々と書いてしまいましたが、こんなところでいいのでしょうか。オッケー~はい、オッケーとのことなので、ここで締めたいと思います。

最後までお付き合いください、ありがとうございました。



↑ 趣味の刀剣観賞

# 忘年会についてもしました♪

平成二七年一月一七日（木）・一八日  
(金) 昨年に引き続き一泊二日で、あすなろ  
忘年会に行つてきました！  
今回のテーマは『安心して下さい。とにかく  
明るいあすなろ忘年会』「五「ほつ」こと  
胃ぶくろ満パンエネチャージ』  
今年のトレンドを盛り込んだテーマのも  
と、一日間がスタートしました。

## 一日目

まずは四国と言えば、うどん…ということ  
で、こんぴらさんの近くにある、中野うどん  
学校で讃岐うどんを頂きました。その後、目  
指すはアサヒビール四国工場の見学です。ま  
ずは、ビールが出来るまでの工程を案内して  
もらい、お待ちかねの試飲です♪出来たての  
生ビールに舌鼓。お酒が飲めない方にもいろ  
んな種類のソフトドリンクが飲み放題と大満  
足の工場見学でした。

そして、一路、お泊り先の温泉へ。宿泊場  
所は、道後温泉のホテル葛城。近くには、夏  
目漱石の「ぼつちゃん」で有名な道後温泉本  
館もあり、足湯めぐり

や観光地巡

道後温泉本館

真家の鰻川  
温泉本館は写

実花のイルミネーションで彩られて、とつて  
も綺麗でした♪  
夜と言え  
ば・・・あすな  
る恒例の宴会で

それぞれにお酒  
や、ジューをつ  
き合つて乾杯か  
らスタート！

この日のため  
に、実行委員会  
のメンバーを中心  
にみんなで樂  
しめる内容を企  
画しました。紅



宴会の様子

白合戦として、  
歌やダンス、楽器演奏、今年は手作りの来年  
の干支「さる」の福笑いなど、個性あふれる  
沢山の催しがありました。結果は…  
勝者は紅組！しかし、どの人も素敵な催  
物でした。宴会のしめはあすなろアワードの  
発表です。みんなの投票により、「きらり」と  
輝いていたメンバーの皆さんへ表彰状を贈  
呈し、この一年間を振り返りました。みんな  
で気分もほつこり、お腹もまんぱんの一日目  
でした。

## 二日目

道後温泉を後にし、向かうは大三島・

しんで夕方  
の道後を樂  
しまし  
た。道後温  
泉本館は写

りを各自樂  
しんで夕方  
の道後を樂  
しまし  
た。道後温  
泉本館は写

実行委員会の  
みなさん、樂し  
い忘年会企画を  
ありがとうございました！



大山祇神社の参拝では、パワースポットと  
して有名な杉の大木をみんなで眺め、祈願し  
ました。一二月とは思えないほのかほか日和だ  
ったので、お風呂はんは外でいただきま  
した。  
帰りのバスの中では、岡山が近づくにつれみ  
んなで忘年会や今年一年を振り返りました。  
今回も五十名という大所帯の一泊二日だっ  
たこともあり、参加を迷っていた方もいま  
たが、帰りには「参加して良かった！」との  
感想や、「実行委員としてみんなで楽しめる  
企画を考えた事がとても新鮮で嬉しかつ  
た」など参加した方々からも沢山の声を聞か  
せてもらうことができました。  
忘年会の開催までに、定期的に実行委員会の  
集まりを行い、バスのレクレーション組(以下  
バスレク組)と宴会組に分かれ今年の忘年会  
を盛り上げるためにどんな内容にしようかと  
アイデアを出し合いました。バスレク組は動  
物クイズやイントロクイズ、ビンゴ、DVDや  
カラオケといった内容を考えました。一人で  
は出てこない案がたくさん出来ました。参  
加者がより楽しめるようにアンケートを取り  
ながらみんなで一緒に作り上げていきました。  
この会がとても楽しく過ぎせ、「次回は新年  
会！（笑）」との  
声も出していました。

## 「たまりば」忘年会

一二月二七日(日)たまりば忘年会を開催しました。年越しそばならぬ、あすなる名物の鉄板隊長による「年越しお好み焼き」。中華スープに始まり、焼き飯、海鮮チジミ、ねぎ焼き、豚玉、そば飯。心も体もほつかほか温まりました。年内最後のたまりばということで、みんなで今年一年を振り返りました。「自分の今年を漢字一文字で表すと?」との問い合わせにメンバースタッフとともにさまざまな字が挙がりました。「変」：仕事が変わったこと。そして、今年は新しい職場を辞めずに「続」けていきたい。「苦」：なかなか仕事の環境に慣れず苦しい一年だった。「繋」：たまりばを始め、いろんなつながりを感じた一年。「増」：仕事が増えた。体重も。「動」：動いたーとにかく働いた。などなど沢山の意見が生れました。



## ジョブサポートセンターASUNARO忘年会&クリスマス会♪

(金)は、今年最後のジョブサポーテンターあすなる開所日でした。午前中は、隅から隅まで徹底的に掃除を皆で力を合わせて



（金）は、今年最後のジョブサポーテンターあすなる開所日でした。午前中は、隅から隅まで徹底的に掃除を皆で力を合わせて

しました！今年の三月に移転したばかりですが、それなりに汚れもたまつていきました。…(笑)でも、皆で掃除を頑張つてくださったので、午前中で終りがとうございました…。

午後は、「」の一年間頑張った皆さんを労つて、クリスマスを祝つてパーティをしました！テーブルには、メンバーさんのお寿司と某お寿司屋さんの就職先である某スーパーのオードブル・お菓子が並びました。みんなで料理をつきあいながら、和気藹々と雑談をしました。中には「あたたかいなあ」としみじみと語りながら過ごす人も。「仕事を頑張つて続けたい」「趣味を充実させたい」「就職活動を頑張りたい」など、それぞれの来年の抱負や希望を語りました。とてもよい時間になつたのではと思います♪

二月一五日(火)運営者を入れて九名の参加で『癒し場』を開催しました。皆さんから出して頂き、話し合つたテーマは、『(自分が傷つけられた経験から)人間不信になつたことはありますか』『(他人を傷つけた経験から)話す相手に対する距離をとればいいのか、離れた時に「傷つけてしまつたのではないか…」と考えてしまう。』『(性別関係無く)親しい人が出来るとずっと一緒にいたい、でも相手の都合があるし距離感が分からない…自分も相手も大切にして関係を続けていけるのか』の三つでした。社会人にとっても引きこもりにとつても対人関係の悩み・迷い・苦しみは身近で大きなテーマだと思います。なので運営側にとつても一つ一つの意見がとても印象深く感じました。

また「」の場に限らず、他人に配慮して欲しい事(知つて欲しい事)として今月出た意見は『補助器具を使っているので認めて欲しい』『場の空気や言葉の裏側がよめないので、発言に違和感を感じたら意思確認をして欲しい』『発言していても上手く説明が出来ないので許して欲しい』『発言が聞き取れない時は声をかけて下さい』『間違つた事をしていたら優しく指摘して下さい』『物を持てない時がある』『仕事疲れをしています』でした。先日TVで「こんなダメな自分が人に頼つてもいいのかな…」と悩む生徒に先生が「頼つて良いんだよ、貴方の出来る事でお返しをすれば良いんだから、先生にとつては貴方に出会えて一緒にいれる事に助けられて」と会話をしているドキュメンタリーがありました。この癒し場も『助けを求める心』に参加して頂いている事に助けられています。

◆次回予定◆◆◆◆◆  
1月13日(水)13時～  
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。

## 二月『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△



【お知らせ】来月号のぱる通信はお休みとなります。

# INFORMATION

## 1月の予定

1月		
8	金	図書館サークル 10時 ソフトボール 13時
9	土	
10	日	
11	月	
12	火	芸術活動 13時(中区浜本部にて)
13	水	癒し場 13時
14	木	
15	金	手話サロン 11時
16	土	眼鏡っこ 11時
17	日	
18	月	
19	火	PC講座 10時 鉄ちゃん 13時 卓球サークル 13時あすなろ出発 13時30分現地集合
20	水	つどい 13時30分
21	木	女子会 14時
22	金	ソフトボール 13時
23	土	特別図書館サークル 13時15分 お抹茶サークル 14時
24	日	
25	月	
26	火	芸術活動 13時(中区浜本部にて)
27	水	WRAP10時
28	木	お菓子づくりサークル 13時
29	金	手芸サークル 13時30分
30	土	
31	日	
2月		
1	月	
2	火	
3	水	
4	木	
5	金	
6	土	
7	日	

※プログラム・サークル活動に参加希望の方はご連絡をお願いします^^ よろしくお願ひします。

※日程が変更になることもありますのでご確認ください。

- 発行:社会福祉法人あすなろ福祉会
- 〒700-0822 岡山市北区表町3-7-27
- 編集:ぱる・おかやま
- TEL:086-201-1720 FAX:086-201-1713
- E-mail:pal-oka@mx35.tiki.ne.jp
- ホームページ:<http://asunaro.fuku.jp/>

8日・22(金)

## ●○○ソフトボール○○●

みんなで汗を流そう!!

時間 13時~15時

場所 百間川グラウンド

※送迎希望の方はお知らせください。



## めがね 眼鏡っこ Art of Asunaro

漫画・小説・絵・詩などを書くこと  
読むのが好きな人の集い★

自分が書いたり、描いたりしたものを誰かに見てもらいたい人や、見たり読んだりするのが好きだから作品を是非見たいという人集まれ♪もちろん眼鏡なくともOK!  
今回は初詣とランチへ行きます♪(ランチ代別途必要)

時間 11時~

場所 ジョブサポートセンターあすなろ

## 13日(水) 花 癒し場 花

発達障害・人間関係で悩んでいる人のいやし場

自分を受け入れてくれる誰かを探していませんか?

時間 13時~

場所 ジョブサポートセンターあすなろ

## 23日(土) 特別図書館サークル バックヤードツアーに参加しよう!

岡山県立図書館で、普段は入ることのできない書庫に係員の説明を受けながら巡る見学ツアーを行います。ぱるおかやまに集まりみんなで歩いて行きましょう。現地集合もOKです!

ぱるおかやま集合時間 13時

現地集合時間 13時20分

場所 岡山県立図書館 1階エントランスホール

## <1月のピア電話相談日>

	火	水	木	金	土
	5	6	7	8	9
AM	休	○	○	○	○
PM	休	○	○	休	○
	12	13	14	15	16
AM	○	○	休	○	○
PM	○	○	○	○	○
	19	20	21	22	23
AM	○	○	休	○	○
PM	○	○	○	休	○
	26	27	28	29	30
AM	○	○	休	休	○
PM	○	○	○	休	休

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、お電話であなたの悩みをお聞きしています。

ピア  
電話相談  
(086)  
201-1719

お気軽におかけ下さい!

