



あけましておめでとうございます

JAN. 2011

1

No. 161

# 謹賀新年

旧年中は、関係各位の皆様方には、「ご支援を賜りましたこと、心より感謝と御礼を申し上げます。

当法人では昨年9月、「福祉国家」デンマークへの視察研修を開催。デンマークの精神保健福祉分野においては、1980年代から「大規模精神病院」の解体が始まり、行政があらゆる責任を持つ事で、ベッド数・平均在院日数共に減少の一途を辿っています。

社会福祉法人あすなろ福祉会は平成7年に設立し、今年で16年目を迎えます。障害の有無に関わらず、一人ひとりが人として尊ばれ、人間らしく自信と誇りを持ちながら生きていける、真のノーマライゼーション実現のため、地域社会で支え合い、励まし合う人の絆を創るために活動をこれからも続けています。今年もぱる通信にて皆様にあすなろ福祉会の様子をお伝えしますので、ご支援・ご鞭撻の程、よろしくお願い致します。



現在、岡山市でも、長期入院者に対する「退院促進」への動きが活発になってきており、当事者の方が望む生活の実現に向け、昨年は「地域活動支援センター」による「おかやまヒアソーター」と共に支援の一歩を踏み出すことができました。

「多機能型事業所あすなろ」としては、新体系移行後2年が経ち、あすなろを利用している方々から元気をもらい、スタッフ自身のやりがいへとつながっています。就労者への定着支援・新規利用者確保等の課題は

〒700-3182五六  
岡山市中区浜四七五ー五  
(社福)あすなろ福祉会  
理事長 日野田 公一  
職員一同



改正障害者自立支援法が12月3日に参議院本会議で、民主党、自民党など賛成多数で可決、成立しました。

2006年に施行されたこの法律は、障害者が地域で自立した生活ができるよう支援するもので、障害別(身体・知的・精神)でバラバラだった旧来の福祉サービスを一元化し、障害の程度に応じて利用者本位のサービスを提供する仕組みについています。しかし、介助や介護のサービス量に応じて原則1割の自己負担を課す「応益負担」を導入したため、収入の少ない障害者がサービス利用を控えざるを得なくなるなどの課題がありました。

今回の改正のポイントは、一つは**利用者負担**について、所得に応じた「応能負担」を原則としました。改正前も利用者負担の上限は実質的に「応能負担」になっていましたが、これを法律上で明確化しました。

二つ目は、**障害者の範囲**を見直しました。これまで発達障害は、概念的には精神障害に含まれますが、そのことが明確にされていませんでした。そのためサービスをより受けやすくする観点から**発達障害者が障害者の範囲に含まれること**を明記しています。その他に、総合的な相談支援体制を市町村に設置する。サービス利用計画を支給決定前に作成し、支給決定の参考にする。**障害者向けグループホーム・ケアホーム利用者個人に住居費を助成する**、障害児らが利用する、「放課後デイサービス」の制度化、**精神保健福祉士法**を改正し、精神保健福祉士が、精神障害者の地域生活における相談支援を担当していることの明確化など地域での自立生活支援の充実を盛り込んでいます。

障害者自立支援法は2013年8月に廃案が決まつているため、今回の改正は新法施行までの「つなぎ」として位置付けています。

## 改正障害者自立支援法が成立

を見直しました。これまで

発達障害は、概念的には精神障害に含まれますが、そのことが明確にされていませんでした。そのためサービスをより受けやすくする観

# あすなろ家族の会忘年会＆交流会

昨年12月18日(土)リサイクル石けんセンターにて、「あすなろ家族の会忘年会」と「交流会」を開催。12名の家族と8名のスタッフが参加。

日頃あまり話す機会のない家族同士、そして、家族とスタッフ同士、楽しく鍋を食べながら、最近の悩みなどについて、意見交換を行いました。特に話題となつたのは、子どもの結婚について。「将来、子どもが、結婚で社会の偏見など壁にぶつかるかもしれない。相手の家族や親族のことを考えると病気を理解してもらえるのか心配です」という相談があり、「もう十分本人は厳しさを経験しているので、親は傷ついたときに寄り添える存在でいることが大事」「親が反対して結婚をあきらめるのならその程度の気持ちしかないのではないか」とかは相手の価値観によるなど意見が出ました。

また、「本人のやりたい事をここまで応援したら良いのか…。最近は、あすなろに通つて色々な人と交流する事で今の自分には難しいかも…」と思いつている」という相談がありました。この相談については、「自分の思うようにさせたが、病気が再発。色々悩んだ結果、中断

してしまったけれど、本人はそこに納得している」「病気になつても100%病んでいるのではない。家族はどうしても状態が悪い時の事しか頭にないけれど、本人のやりたい事を支えて寄り添う事が大事」というアドバイスがありました。

交流会後には家族会役員で、1月29日に開催する「あすなろふれあいバザー」の打ち合わせを行いました。今回は昨年以上に盛り上げるため、舞台を設営し、サプライズな出し物をする予定です。もちろん飛び入り参加もOKです。たくさんの方の参加、お待ちしております。



## あすなろ家族の会主催 あすなろふれあいバザー 開催！

日時：平成23年1月29日(土)AM11:30～

場所：リサイクルせっけんセンター

内容：バザー＆もちつき大会

- ♪つきたて餅の販売♪ 各100円
- つきたて餅（砂糖醤油・大根おろしなど）
- お雑煮
- ぜんざい
- ♪鉄板焼きそば・手作りいなり
- ♪売り切れ御免！日用品、野菜、果物のバザー
- ♪あすなろ製品の新春初売り

☆ご家庭で使用した油も引き取ります。



## WRAP each インフオメーション

第10回「WRAP each」実行委員会が12月16日（木）、「ぱるスペースMOMO」にて開催されました。

今回は、前回の実行委員会でWRAPについて勉強していきたいという意見が出たので「リカバリーに大切なこと」のなかで「自分に責任を持つこと」についてみんなで考えてみました。

WARPは、リカバリーに大切なる5つの重要な考え方「希望」「自分に責任を持つこと」「学ぶ」と「自分をアドボケート（権利擁護）する」と「サポート」のもとに成り立っています。

**「自分に責任を持つこと」**は、自分の健康を含め、自分の責任は自分にあります。当然のことながら、自分自身が自分についてのエキスペートです。発病によって様々な役割や責任を担うことを、本人も周囲の人もあきらめている場合があります。もう一度、小さなことでも一つずつできると「ろから取り戻していきます。そのことが自信となり、リカバリーへつながっていきます。



↑ 実行委員の様子  
お気軽にご参加下さい！

R A P 講演会」の打ち合わせをしました。今回の講演会の会場は、230名の収容が限界です。ですので先着順で230名になり次第申込みを打ち切らなければなりません。このことの確認と、今回は岡山県内の関係機関・団体に後援をしていただいていますので宣伝をお願いすること、あとマスコミにも案内をすることなど打ち合わせをしました。

次回は、新年1月13日（木）の予定です。前日の12日（水）には新年会を企画しています。詳細はWRAP ea ch事務局（徳田・石本）までお尋ねください。

2010

# 感動・興奮の忘年会♪

12月10日(土)あ  
すなろ福祉会忘年

を開催しました。今年は3丁目劇場近くにあるスポーツバー「ウルトラス」で2時間半の時間を楽しみました。メンバー、ボランティア、スタッフを合わせて総勢61名が2010年の一年の思い出を語り合いながら、食事に、出し物、bingo大会を楽しみました♪出し物ではギター・やハーモニカ、踊りなど一発芸を披露し、あいまた假装では参加者を釘付けにしたものも



ありました♪せつけんセンタ一の出し物では感動のあまり涙される方もおられました。そして最後には・・・今年輝いていた人に表彰がありました。これはあすなろのメンバー やスタッフからの投票と推薦で贈られる賞です。いつもボランティアに来てくれている学生さんにも感謝をこめてメンバーから賞を贈ることもできました。それぞれに思いのつまつた1年であつたと思います。参加者ひとりひとりにとって思い出深い1年の締めくくりになつたのではないでしようか

# よつばのクローバー だより

【ご挨拶】新年明けましておめでとうございます♪今年もよろしくお願ひします。



■編集・発行 ピアソータークローバー

☎086-271-5689

平成23年1月1日

No.12

## 活動報告

(11/21~12/20)

- 活動日日(水・木・金は半日)
- 電話相談 45件
- 家事・同行援助 4件
- 弁当配達 7回



第5回ピアソーター講座終了！

### 「ピアソーター講座」が終了しました！

ピアソーター講座（4回目～6回目）の報告をします！



11月16日（火）より開催して  
いたピアソーター講座が12月  
22日（水）に終了しました。  
4日目（12月7日（火））は「ア  
ドバイス・実践練習」について学  
びました。ピアソーターの役割

■5日目（21日（火））は  
今回から新たに「IPSイ  
ンテンショナル・ピア・サ  
ポート（意図的なピアソ

ート）」をみん  
なで学びまし  
た。（※IPS  
はピアソー  
トの新しいか  
たちとして現  
在注目されて  
いるものです  
なく人と人の  
関係に着目す  
るという新た  
なコミュニケ  
ーションの取  
り方に、難し  
いという声も  
ありました  
が、演習の感想と  
して「相手と  
の会話で関係  
の断り方を探

は「相手の問題を解決して  
あげることではなく、相手  
が自分の問題を自分で解決  
していくように手助けをす  
ること」です。そのためには  
有効なアドバイスとはどん  
なものか、また陥りやすい  
点など、みんなで考えてい  
きました！

■6日目（22  
日（水））は「ピ  
アソート活動  
の実践」という  
ことで、今まで  
の振り返り、ク  
ローバーの活動  
紹介などを行  
った。最後の気分  
6日間の分かち  
合いを行いました  
。「ピアソート」  
の心つもりを知  
ることができた。  
持ち帰って仕事  
に活かしたい」  
「相手が自分で  
考えて決定して  
いくことが大事  
で、自分も自分  
でどう考えてど  
う決定していく  
かが大事だと思  
つた。」「講座に  
毎回出てくるこ  
とは大変だった

お疲れさまでした&ありがとう！



すのではなくて、  
関係を保ち、正  
直なことを話す  
ことが分かった」  
等、もっと勉強  
したいと言われ  
る方が多かつた  
です。

「のではなくて、  
関係を保ち、正  
直なことを話す  
ことが分かった」  
等、もっと勉強  
したいと言われ  
る方が多かつた  
です。

すのではなくて、  
関係を保ち、正  
直なことを話す  
ことが分かった」  
等、もっと勉強  
したいと言われ  
る方が多かつた  
です。

けど、自分もやればできるのだと自信にもなったし、前向きな気持ちになれた。」「このメンバーと一緒に会えたことがよかったです」「素直に会れる時間だった」などがありました。中には「もっと勉強をしたい」という声もありました。またピアソポーターをして11名の方が活動に参加したい・興味がある」と希望がありました。来年度も引き続きピアソポーター講座を開講する予定になっています（予定では8月頃）。また新たな出会いとピアソポーターの輪が広がることを楽しみにしています。参加された方々本講座に関わってくださった方々本当に疲れさまでした。そして素敵な時間をありがとうございました」といいました。

## ■第15回つどいを開催



今回のテーマは2つ  
「今年を振り返って漢字一文字で表すと何？」  
「友人関係で悩んでいること・解決策」について♪



集いの様子『今年の漢字』↑

「早」：歳が若い頃よりも1年が早く感じる。目標を持つて生活すると1年が早く経つ。

「歩」：自分は今まであまり活動をしてこなかつたので、今年は職業センターやすくなるへ通り、今まで止まっていた自分の時間がちよつとずつ動き始め、歩き出せた1年だった。



今年の漢字を書いてもらいました↑

「実」：今年はMVPをもううつことができて、周りのみんなに恵まれて、支えられながら、したいことはできた1年だった。特に春と夏は元気にいれた。

「忍」：いろいろとが我慢することが多い1年だった。あとは自分の疑惑とかけて「忍」。

「楽」：今年は家族が病気になり、

落ち込んだり、頭にくることが続いて大変な日々だった。だから願望として樂に生きたいと思う。

「探」：面白いことを探しに行ってたけつこう充実した1年だった。など各々が1年を振り返つて選んだ漢字を発表しあいました。続いて『友人関係で悩む』とその解決策について。

「人間関係については悩んでばかりいる。自分は人とどうコミュニケーションをとればいいのか悩む。自分が緊張すると、ぎくしゃくするし、相手にも伝わる。でも自分が自然体でいることが大切だと分かってきた。自分は自分でるし、自分が好きなことやることも大切。なんとなく他人との距離の取り方が分かつてきました。」「人間関係はよじれるほど難しくなる。自分の考えにとらわれると良くない。最近い言葉を聞いた。人間関係で大切なことは『①心をこめて聞くこと②相手に届くよう話をすこと』。本当は相手がどう思っているのか聴かないと分からないし、自分も伝わるように話さないと伝わらない。いい方向にいくにはどうすればいいか話し合うことも大切だと感じた。もちろん距離を置くことも大事だし、話をすることも大事だと思う。」

「何か疑問があつた時は一人で考えててもしようがない。人に聞いたり、聞いてもらったりすることも

大切。他にも本を読んだりインターネットで情報を得て違う分野に手を出してみると発見があるかもしれない。あまりこだわりを持たないようにしていて。ただ、どうして関わらないといけない立場で悩むことが多い。職場や家族など、自分なりに工夫している。」

人間関係では、人とのコミュニケーションの取り方や家族との折り合いの付け方にについて話されました。また仕事について感じていることも語り合い熱い集いの場となりました。

相談電話		受付時間
よろしくお願ひします！気軽に下さいね。		
火曜	10時～13時半	
水曜	10時～17時	
木曜	10時～13時半	
金曜	10時～13時半	
1月4日はお休みです。		
相談TEL番号 (086)271 5689		

**次回のつどい**

1月12日(水) 13:30～

【テーマ】(2つあります！)

「今年の抱負」

「自分にとって何が大切か」

【つどいとは？】

テーマにそって自由に語り合う場です。言いつぱなし聴きっぱなしが原則です♪ 気軽に参加してね！



## 投稿コーナー



↑「西川沿い」意作の作品。  
水彩画のタッチがなごみますね。



2011年が始まりましたね♪

どんなお正月でしたか??今年もぱるっこ  
広場と一緒に盛り上げましょう♪

↓あーるけえさんの作品。  
とっても可愛らしい猫ちゃんですね^^

## スケッチブックの作品



『Who is she?』  
彼女はだれでしょう?←

スケッチブック  
使ってね!!

ぱるへ来た際はスケッチブックをご自由にお使い下さい。また載せてほしい絵があります。お持ちください。大募集です!

感想・投稿  
募集中!

今思っていること、ぱる通信の感想、詩、俳句、絵、ジャンル不問です。郵便、メール、fax等でご投稿ください♪お待ちしています。

ぱるっこに  
聞いてみました

2010年の思い出・印象に残っていることは?  
今年2011年はどんな年にしたい?

2010年振り返ると色々な思い出がありますねえ。今年はどんな出会いがあり、どんな年になるのでしょうか?何を目標を持つて生活できたいですね。私は毎日日記を書ける人になりたいです♪

2010年振り返ると色々な思い出がありますねえ。今年はどんな年になるのでしょうか?何を目標を持つて生活できたいですね。私は毎日日記を書ける人になりたいです♪

忘年会が楽しかった。今年は風邪をひかないようにしたい。妹が赤ちゃんを産みました。今年はMOMOの仕事を継続したい。

山登りしたこと、お花見。

一人暮らしを始めたこと。今年は仕事に就けるように頑張りたい!

バレーボールで国体に出場したのが一番かな?あとはWRAPを知ったこと。今年はWRAPのアシリテーターになりたいし、

ピアカウンセリングをもっと勉強したいです。

今年は色々なことを聞いて、見に行きたい。

ピアサポート講座。今年はピアサポートになつて、就労もしていきたい。

今年は、さらに体力アップしたい。

お正月お雑煮は食べますか?  
ちなみに具は何が入っていますか?

正月といえば雑煮ですが、具は地域や家によつて様々です。岡山ではぶりを入れるのをよく聞きます♪香川では白みそにあんこ餅を入れるようです。ちなみに自分宅では、ぶり、大根、人参、ほうれん草、かまぼこ、お汁はおしまして。みんなのお宅はどうんな雑煮ですか?

はまぐりが入つてゐる雑煮です。  
メインにかきが入る。  
ゆり根、細長く切つた昆布、人参、ぶりが入る。  
白菜、人参、ぶり。

ぱるで  
大掃除&忘年会

## INFORMATION

# 1月活動予定

1	土	ぱる休み
2	日	ぱる休み
3	月	ぱる休み
4	火	仕事始め 初詣
5	水	パソコン教室 14:00～
6	木	
7	金	
8	土	ギターサークル 10:30～ お抹茶教室 14:00～
9	日	ぱる休み
10	月	ぱる休み
11	火	陶芸教室 13:00～15:00
12	水	つどい 13:30～15:00
13	木	WRAPeach 実行委員会 18:00～
14	金	
15	土	パソコン教室 11:00～
16	日	ぱる休み
17	月	ぱる休み
18	火	陶芸教室 13:00～15:00
19	水	パソコン教室 14:00～
20	木	
21	金	きばらしふえすていばる 岡精連 定例会議
22	土	パソコン教室 11:00～ ギターサークル 10:30～
23	日	ぱる休み
24	月	ぱる休み
25	火	
26	水	
27	木	
28	金	
29	土	あすなろふれあいバザー
30	日	ぱる休み
31	月	ぱる休み

# イベント案内

## 12日(水) つどい

新年最初のテーマは・・・

「今年の目標は?」と「自分にとって何が大切か?」というテーマで自由に自分の意見を伝えます。「言いつ放し・聞きっぱなし」が原則です。

時間	13:30～15:00
場所	ぱる・おかやま 1階交流室
参加費	無料

## 21日(金) きばらしふえすていばる

「NPO 岡山けんかれん」主催 每年恒例のきばらしふえすていばるカラオケ大会が開催されます。

今年も劇や演奏、踊りなど様々なパフォーマンスが楽しめるのは間違ひありません!

時間	9:30～15:30
場所	三木記念ホール [岡山市古京町1-1-10]

出演希望者は事前の申し込みが必要です。1月7日(金)必着で下記までお問い合わせください。観覧は自由です。申込みの必要はありません。

問い合わせ	NPO 岡山けんかれん(担当:植木さん)
	Tel 086-298-1162 fax 086-298-1168

## 29日(土) あすなろふれあいバザー

2011年が良い年になりますように、願いを込めて、もちつき大会&バザーを開催します。地域の方々にもたくさん参加してもらいたいと思っています。

皆さんのご参加をお待ちしています。

日時	11:30～
場所	リサイクルせっけんセンター駐車場
内容	つきたておもち、お雑煮、焼きそば、ぜんざい、バザー品の販売

- 陶芸教室 (場所:せっけんセンター)
- ソフトボール (場所:百間川グラウンド)
- パソコン教室 (場所:ぱる・おかやま)
- お抹茶教室 (場所:ぱる・おかやま)
- ギターサークル (場所:せっけんセンター)

- 毎週火曜日 13:00～
- 毎週火曜日 15:30～
- 毎週水曜日 14:00～
- 毎週土曜日 11:00～
- 1月15日(土) 14:00～
- 第2、第4、土曜日 10:30～