

三田市精神障害者支援センター 権利擁護とエンパワメントabc講演会のお知らせ

日時：平成29年1月14日(土) 13:30~15:30 開場 13:00
会場：三田市総合保健福祉センター 多目的ホール
講師：北野誠一さん(NPO法人おおさか地域生活支援ネットワーク理事長
西宮市権利擁護支援センター運営委員長)

申込み不要 ・ 入場無料

要約筆記、手話通訳が必要な方は1月7日(金)までに下記にお申込みください。

精神障害者支援センター TEL 079-556-5075 FAX 079-556-5275



あすなる訪問看護ステーション



明けましておめでとうございます。

旧年中もいろんな事件や事故の話をする機会が多くありました。それでもどんな事があつたのかすぐには思い出せません。何かあるとその時は大きく取り上げて色々と言うものの、すぐに忘れ去られる傾向にあるようにも思います。もちろん何事もないのがいいですが、何か起こった後の対処や次も同じ様な事が起こらないようにすることが大切ですね。

ご存知のように、病気についても治療は大切ですが予防という面に力が注がれる時代になっているようです。生活習慣病をはじめ歯科などでもよく言われています。

そんな話をしながらも、健康診断や予防接種などをしっかりとしているかというところでもないもので、意識の低さが問われますが・・・。

また風邪の時でも少し楽になると薬をすっかり忘れてしまう事もあります。

まとまりのない話になりましたが、病気になるのを防ぐ事と同じように病気の再発・再燃を防ぐ事は大切な事ではないかと思えます。風邪もひきはじめは治りやすいように、調子が悪くなりかけたところで気が付いて的確な対処が出来ればひどくならず済みます。風邪だけではなくいろんな疾患でも同じことが言えるのではないのでしょうか。

あすなる訪問看護では、利用者さんと話をし調子が良い事・悪い事などを確認するとともに、困った事を聴き出して対応などを一緒に考えることがあります。しかし具体的に何をしてもない利用者さんも居られます。調子が良いのもういらぬのではという方も居られます。それでも、元気に過ごしている事を確認して早めに変化に気づいて対処できる状況であれば、調子を崩してしんどい時期を短く出来るのではないかと考えています。訪問看護についてどうかと、気になった方は一度あすなるに話を聞きに来てみませんか。

ということで、今年もよろしくお祈りします。



こんなことでお困りではないですか??

- ・精神科の疾患、症状について理解してもらえず困っている。
- ・気分的にしんどくて動けない。逆に元気な時は動きすぎて歯止めがきかない。
- ・誰もいないのに見られているように感じたり、声が聞こえたりする。又、その声の言う通りに動いてしまう。
- ・つじつまのあわない事を言ったり、行動がおかしい。独りで笑ったり、会話したりしているような事がある。又、その時の対応を家族としてどのようにしたらいいのか分からない。
- ・退院してきたが、今後の事が不安。又、今は生活に問題がないがこの先の事が心配。
- ・薬が指示通りに飲めず、調子を崩してしまうことがある。

人それぞれ困っていることは違うと思いますが、

生活しやすく、自分らしくという事を目指して一緒に考えていきます。

いつでも『あすなる訪問看護スタッフ』がお待ちしています。

あすなる訪問看護ステーション TEL・FAX 079-562-5530



1月 あすなる新聞

特定非営利活動法人あすなる

平成29年1月9日号



あけましておめでとうございます

あすなる新聞の読者の皆様、ホームページをご覧の皆様

いつもあすなるの活動にご協力、ご理解いただきありがとうございます。

早いもので、年度末にはあすなるができて、まる7年がこうとしています。

皆様のおかげをもちまして、ますます認知度も上がり、同時に活動の幅も広がってまいりました。

ただ根本は「その人に寄り添う」という気持ちをいつも心に持ち活動をしていくことだと思っています。

そのためにはいかに当事者に方々の訴え、ニーズに耳を傾けるか、それを社会資源として作り上げていくかにかかっていると思います。

なかなか思うようにはいかない日が続く時もありますが、訪問看護や新鮮組、相談支援、そしてリカルチャーファームなどの事業を通して、多くの方と知り合い、日々成長していくことの大切さを教えられた気がしています。

今後ともとくに事業にこだわることなく、ニーズや要望があればできるだけ聞くようにしていきたいと思っていますし、他ではできないことをしてゆくために社会資源創出やいろんなところへの働きかけをしてまいりたいと思っています。

もちろん啓発事業もその一つで、特にピアサポーターによる啓発は、一昔前なら考えられなかったことが実現していることに驚いています。

ピアの方たちとは、職場の同僚としてもこれからもいろんなところに出かけて行って生の声を広めていきたいと思っています。

最近では病院にも患者さんとの交流に行くことができるようになって大変感謝しています。

毎年講演会には多くの方にご参加いただいておりますが、今後とも少しずつでも自分たちの思いを広められることがあればと思っています。

新たな年を迎えるにあたって、気持ちを新たに頑張りたいと思いますので、あすなる職員ともども今後ともよろしくお祈りいたします。

特定非営利活動法人あすなる理事長 藤田行敏

1月居場所サロンの行事はお休みです。

セルフヘルプグループ『おにぎり』のご紹介

『おにぎり』は心の病等、悩みを抱えたり、生きづらさを持つ当事者の方のセルフヘルプグループです。

開催日時等につきましては、下記メールまでお問い合わせをお願いします。

メール : onigiri.shg@gmail.com

ブログアドレス : <http://kokoro-onigiri.blogspot.jp>

詳しい資料は『居場所サロンあすなる』にあります。

特定非営利活動法人あすなる

〒669-1513

兵庫県三田市三輪1丁目8番11号

TEL, FAX 079-562-5531

E-mail npo.asunaro@honey.ocn.ne.jp

<http://npo-asunaro.org/>



新しく歳月を経るごとに、あらゆるものは成長・進化を遂げ「おとな」に近づいて行きます。人間しかり、文明しかり、社会モラルしかり、精神医療・福祉制度しかり、遅々として進まないものの中にはあつたりしますが、それでは「おとなである」とは、いったいどのような意味であるのか、ある時気になってきたので自分なりに考えてみました。

子供であっても大人っぽい、と言われてたり、大人であっても子供じみた、などと表現される場合があります。大ざっぱに言えば、自分のエゴに負けて判断を誤ったり、感情に流されるままに動いたり、周囲に関係無く我がままを言ったりすると、子供のように見られたりするようです。

私が思うに、「おとな」というのは、「真に善悪の判断がつく者」、もちろん行動もそれに伴うわけですが、人が見ていようと見てなからうと自分で「悪いこと」と判断したならば、いかなる理由・言い訳が立とうと、絶対にそれを行動に移したりしないということ。

よく、幼い頃に、悪い事をしたら神様が罰を下す、バチが当たる、などと言って諭されたりした経験が、誰しもあると思います。神の怒りに触れて「たたり」がある、などという言伝えが残っていたりしますね。これは単にものたえ話や方便にとどまらず、ある種、実際に真実的を得た「世の定理」そのものであるように、私には思えてならないのです。例えば、悪事を働き大金を得て幸せを得るような事があっても、周りまわって、悪事のツケが必ず自分に帰って来て不幸に見舞われる、とか・・・。

この世に人として生まれて、自分の意志で「悪」をこの世に放出すれば、いずれ同じだけの量の「悪」が、世の中から何らかのカタチとなって返って来る、というのは、なんとなく頷けるところがあるのではないのでしょうか。それが時間的にはすぐあるとは限らずだいぶ日にちが経ってから起こったり、その因果関係もよくは判らなかつたりして気付かないだけで、ありとあらゆる、この世の罪と罰は、それこそ数学的な正確さでもって、因果の法則として関係し合い関連づいているものであると、私には思えてならないのです。(N)

ピアサポーター出張公演！！

団体、サークル、学校、会社関係者の皆さま!!

精神障害当事者が出張講演いたします。

- 出張地域：市内（市外については応相談）
- 対象：市内地域団体、福祉サービス事業所、学校、会社などの団体
- 開催人数：5人程度から百人単位
- 日時：平日9時～17時(その他の日時については応相談)
- 申込み：原則、講演開催の1ヶ月前までに申込み
- 講師：あすなろ相談支援事業所職員および精神障害ピアサポーター
- 団体や対象に合わせて調整させていただきます

三田市精神障害者支援センター TEL 079-556-5075 FAX 079-556-5275

冬の風物詩？



三田では、紅葉の季節に柿がなりはじめ農協や、各農家さんの販売所などに干し柿用の渋柿の販売が始まります。紅葉が真っ盛りになると皮をむいた干し柿が、各家の軒先などに干してあり、のれんのような光景が見られます。お正月に向けて、又親戚の方に贈られたりするのでしょうか。紅葉の季節になると、この風景を見て、年末を感じるのは私だけでしょうか・・・。お正月にはこたつの中で甘い干し柿をかじるのもいいかも・・・。



黒豆ご購入ありがとうございました！！



黒豆の選別作業をしています。手作業なのでなかなか大変です！！

選別が終わった黒豆を、きれいに袋詰めして販売しています。



昨年10月に販売しました黒枝豆を、畑で乾燥させて、12月に豆を取り出し、分けて販売させていただきました。黒枝豆の時も沢山購入して頂きましたが、年末の黒豆も沢山ご購入していただきありがとうございました。

お正月には美味しく頂きましたでしょうか？

平成28年度 兵庫県精神保健福祉センター『相談』及び『集団指導』のご案内

兵庫県精神保健福祉センター（TEL078-252-4980・FAX078-252-4981）による、下記の相談及び集団指導が行われます。（直接お電話していただいてもいいです。）詳しくは、あすなろ（079-556-5075）までご連絡ください。神戸市民の方は、お住まいの区役所の保健福祉部、神戸市こころの健康センター

相談

- ・来所相談（要予約）ひきこもり・薬物等の相談も行っています。
- ・精神保健医師相談・薬物関連医師相談
- ・兵庫県こころの健康電話相談

集団指導

- ・家庭内暴力家族の会
- ・ひきこもり家族教室
- ・ひきこもり当事者グループ（愛称 WING）
- ・ひきこもり当事者の社会参加に向けたワークショップ
- ・薬物問題家族教室

賛助会会員募集！！

ご協力お願いいたします！！（昨年度お世話になった方も、本年度もよろしくお祈いします）

賛助会員…この法人の事業に賛助するために

入会される個人及び団体
年会費 一口 個人 2000円
団体 3000円

振込先 郵便振替口座番号 00900-3-272040

加入者名 特定非営利活動法人 あすなろ

他金融機関よりの振込用口座番号

店番号 099 当座番号 0272040

※通信欄に『賛助会費』とご記入ください