# 三田市精神障害者支援センター

三田市精神障害者支援センターの平成２７年度年間行事予定（下記表）です。

沢山の参加お待ちしております。詳しくはあすなろ新聞、チラシ等でお知らせします

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

| 日　時 | 場　所 | 内　容 | 講　師 |
|---|---|---|---|
| 平成２７年７月４日（土） | 三田市総合福祉保健センター | 障害者差別解消法 | 未　定 |
| 平成２７年９月１９日（土） | まちづくり協働センター | 発　達　障　害 | 広　野　ゆ　い　さ　ん |
| 平成２７年１２月 | 三田市総合福祉保健センター | スクールソーシャルワーク | 未　定 |
| 平成２８年３月 | 三田市総合福祉保健センター | 未　定 | 未　定 |

## あすなろ訪問看護ステーション

ゴールデンウィークに突入しています。お出かけされている方も多いのではないでしょうか？

休みに入るときは楽しみいっぱいですが、休み明けになるとその疲れがどっと出てきます。

体調管理しっかりして、楽しい後半のお休み過ごしてくださいね。

**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わからない。

・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せんか。

いつでも『あすなろ訪問看護スタッフ』がお待ちしています。

**あすなろ訪問看護ステーション　℡・FAX　079－562－5530**

5月　特定非営利活動法人あすなろ　平成２７年 5 月 73 号

# あ す な ろ 新 聞

三菱電機さん正門前の

枝　垂　桜

武庫川沿いの堤防に咲く桜並木

4月に『ちょっと近場で…。』で紹介しました、三菱電機さんの枝垂桜が今年も綺麗に咲きました。

早咲きの桜が敷地内で咲き、満開になったころ、枝垂桜の蕾が開きかけて、蕾のピンク色が鮮やかになってきます。今年は暖かかったので一気に満開になったような気がします。

又、武庫川沿いの桜も見事に咲いて4月4日（土）はお花見をされている方が河原に沢山来られてました。

来年は是非お花見におとづれてくださいね。

## 5月居場所サロンの行事

５月２０日（水）　子　ど　も　の　日

時間　１１：３０～　　会費　２００円

**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ろ』にあります。

特定非営利活動法人あすなろ

〒669-1513

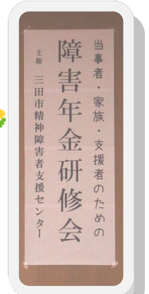
兵庫県三田市三輪１丁目８番１１号

TEL.　FAX　079-562-5531

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

http://npo-asunaro.org/

# H27.3.14 障害年金研修会に参加して




３月１４日障害年金研修会が行われました。
沢山の参加ありがとうございました。参加されましたWさんに
当日の感想を書いて頂きましたので、ここに紹介させて頂きます。

３月１４日（土）１４時～三田市総合福祉保健センター講座室にて講師：芦屋の社会保険労務士・社会福祉士：小林潔浩さんの講演チラシが我が家に送付されました。そのチラシの中で精神・知的障害の等級非該当割合（平成２４年度）に兵庫県が審査に占める不支給の割合が全国ワースト４位の現実にはびっくり！井戸知事自ら先頭に立ち兵庫県は福祉施策で全国の模範となることを展開してるだけに何故このような思いと乖離するのか？障害者自立を目指す当事者をふみにじる審査体制に疑問を抱くとともに兵庫県の名誉を傷つけます。講師である小林福祉労務事務所の代表小林潔浩氏は施設勤務体験から「兵庫県障害者しごと体験事業、障害者雇用促進アドバイザー派遣事業」メンバーです。当然無料です。

講演会場は満杯で立見の方も多く内容も障害年金の基本の説明から障害基礎年金の歴史と昭和４９年３月の主な改正点、障害年金の受給３要件、初診時の年齢と受給３要件、２０歳前傷病による障害基礎年金へとわかりやすく説明されました。特に障害等級の認定要領の中で障害等級１級・２級・３級の要件は何か？症状別（統合失調症・気分障害・器質性精神障害・てんかん・知的・発達）の認定要領は大変勉強になりました。再々度「働いているから受給できないことはない！！」の誤解を強調されました。就労と日常生活は全く関係ないからです。診断書の作成は命取りで医師すら理解してなく、年金の申請にはまず医師を選ぶこと！同居をしていても一人暮らしを想定して書いてもらうことを強調されました。障害年金は申請すれば日常生活が困難かで２級は当然です。親、施設、医師、看護介護等の援助があっての日常生活で障害年金必要不可欠と重ねて強調され専門家である社労士にまず相談してくださいと意義深い講演は終了し考えさせられました。（W）

受付風景

講演中の小林潔浩さん

# ピアサポN君のピュアな散歩話

新年度も２ヶ月目に入り、昨年に引き続きピアサポーターとして新たなスタートを切らせてもらえることになった事に感謝しつつ、私もようやく少しは慣れて来た部分もあるでしょうか、どうでしょうか。　まだまだ判らない事だらけで、どれをとっても毎日が反省と後悔、決意と勉強の日々です。

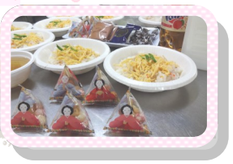
昨年度は、同僚が2～3人いて無駄話もできましたが、今年度より自分と全く同じ立場の人間が隣に一人も居ないというので、ちょっぴり寂しい気がします。

このあいだ、新鮮組のある先輩から、「あすなろは居心地いいですか？悪いですか？」と訊かれましたが、正直なところ私は、まだ、良いとか悪いとかの評価を下すところまで行っておらず、ただがむしゃらに、やり方を覚え、やらない方が良い事も覚え、何が良くて何が良くないモノなのか、またどんな時にどんな対処をするのがベストなのか、まるで新入生であるかのごとく、ミスしまいと怯えながらの勤務です。　とはいっても、いっぱい気を遣っていただいているのが解ってこっそり幸せ感じたり、ふとした優しさに触れ、人知れず心から癒される時もあったりで、やりがいを感じる仕事であることには変わりはありません。

一番、いいなと思えることは何といっても、ほのぼのとした家庭的な雰囲気に職場全体が包まれていることです。　この、温かいあすなろのイメージ、ムードをかもし出している皆さん一人ひとりの人間的な味、というか個性が、それぞれ絶妙なハーモニーを奏でていて、皆が聴衆であり、同時に皆がアーティストでもある、そんな風に私は感じられるのです。　（N）

# 三月十八日　ひな祭り

明かりを点けましょぼんぼりに～♪♪
少し遅れたひな祭りでしたが、雛あられ・ちらし寿司・
お吸い物・お菓子・ジュースがテーブルに並び、みんなで
ひな祭りのお祝いをしながらお食事を頂きました。
久しぶりの方もおられ、話も弾んでいました。
女の子のお祭りしっかり楽しみました！！



# ちょっと近場で・・・・

新緑の綺麗な、ゴールデンウィーク真っ只中。
この季節は三田市内どこに行っても緑が綺麗ですよね。山には山ツツジや、藤の花が咲き始め本当に心が癒されます。

三田は緑に包まれた公園が
多く、この時期は有馬富士公園、
青野ダム、千丈寺湖、ニュウタウンの中にも、
深田公園、中央公園、駒が谷運動公園等々沢山あり、
それぞれにとっても綺麗ですよ。ちょっとぶらっと
お出かけになってはいかがでしょうか？

# 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!!**

**精神障害当事者が無料で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)
- 料金：無料 、会場は団体でご準備ください
- 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

**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、今年度もよろしくお願いします）**

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