

三田市精神障害者支援センターの平成28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。詳しくはあすなる新聞、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 TEL 079-556-5075 FAX 079-556-5275

日 時	場 所	内 容	講 師
平成28年9月17日（土）	まちづくり協働センター	精 神 障 害 者 の 就 労	当 事 者 の 方 数 名
平成28年12月17日（土）	三田市総合保健福祉センター	障 害 者 虐 待 防 止 法	福 島 健 太 さん
平成29年1月14日（土）	三田市総合保健福祉センター	エ ン パ ワ メ ン ト	北 野 誠 一 さん

あすなる訪問看護ステーション

梅雨のジメジメ、蒸し暑さ。いやですね。一気に早く涼しい秋にならないかなと思っているのは、ちょっと厚かましいですか??

こんな時期は食中毒なども心配ですが、これからは熱中症にも気を付けてくださいね。水分をしっかり摂って!!暑さ乗り切りましょう!!

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『あすなる訪問看護スタッフ』がお待ちしております。

あすなる訪問看護ステーション TEL・FAX 079-562-5530

あすなる新聞

夏野菜収穫始まりました!!

気温の差が大きい6月でしたが、暑かったり、又雨が降り野菜たちにとってはめぐみのお天気だったのでしょうか、それでも野菜たちは順調に育っています。あすなるの店頭にも夏野菜が並び始めています。無農薬で栽培している野菜は甘くて美味しいですよ。野菜と一緒に店頭でお待ちしております。



美味しい野菜が出来ました!!
あすなる店頭でお待ちしております!!

田植えも終わり、
秋の収穫が楽しみです

7月居場所サロンの行事はお休みです。
8月3日（水）そうめんパーティーです。

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/>





精神の「障がい」は、今でこそ、脳の病気や疾患であることから医療で扱われ、福祉もある程度ととのって来ましたが、その昔は医療というよりも治安上での扱いを受け、私が幼少であった昭和中期よりすぐ以前の頃には、あからさまな人権侵害と差別が、当然のようにはびこっていたようです。「精神病質」というような言葉が堂々と使われ、まるで体質的にふつうの人間とは別の生き物であるかのごとく言われた時期もありました。心の病気はそのまますぐ社会的な「死」を意味し、まだネットが世に出て来る以前には、精神に支障をきたしてしまうと家族ぐるみ夜逃げ同然の「引っ越し」をして、見知らぬ土地にわずかな希望を求めるしか他に方法なし、という事もあったりしました。

科学も文化も時代を経るにつれより良き方向へと向かい、精神保健福祉の分野においても遅れていた日本の法制度がようやく本来の形としての理想に近づいて来た、と言うことはできるのかも知れません。障がい者差別を無くすことを明文化した法律も先ほど施行されたことは嬉しい限りです。が、実際の現実はその綺麗な文面どおりではありません。たとえば交通料金の「障がい者割引」が、精神障がい者には適用されず、他の障がい者にはしっかり適用される、という状況が一部でまかり通っていることには納得しがたい部分があります。

「精神」だけ、のけ者あつかいだったのが、2013年の障害者総合支援法（通称）によって、精神障がいは身体障がいや知的障がいなどとある意味、同じ障がいの枠ぐみとして扱われる方向へと軌道修正がなされ、2016年の障害者差別解消法（通称）によって、人権を尊び不公平や差別はあってはならない、とはっきりと明文化されました。

かつて、日本の病院においてロボットミ手術や、脳の一部採取、人体実験や虐待などが実際に行われ、人権侵害が顕著だった頃に比べると、今や、よくぞここまで来たなあ、とふと思ひめぐらす時があります。それでも、まだまだ現実はきびしいものがあるとは思いますが・・・。(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



この時季紫陽花の花が綺麗に咲いている所が沢山あります。あすなろでも玄関に咲いてくれています。

三田には公園が沢山あり季節ごとにいろんな花が楽しめますがこの時季は、紫陽花が綺麗に咲いています。

有馬富士公園などは、散歩しながら、紫陽花の花を楽しむことが出来ます。ほかに深田公園、三田谷公園、駒が谷公園等々沢山あります。

ニュータウンなどではお庭に

いろんな種類の紫陽花も咲いています。

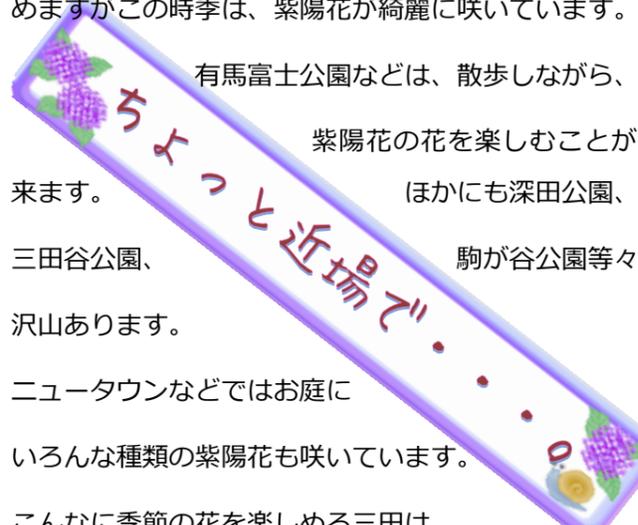
こんなに季節の花を楽しめる三田は、

やっぱり素敵な町なんではないですか？

紫陽花は7月中旬ごろまで楽しめますよ。

梅雨時のお散歩を目線を変えて

楽しまれてはいかがでしょうか？



最近の居場所で。。。。

平成21年8月から発行している『あすなろ新聞』今月で87号ですが、発行当初はA4用紙両面印刷一枚での発行でした。今ではA3両面印刷で行っています。又『新鮮組ADVANCE』を平成24年4月より発行し、就労支援B型 新鮮組の情報発信も同時に行ってきました。新鮮組のメンバーも毎月畑の写真を撮ったり、外出の際の事を記事にしたり、メンバーの日常など等いろんな出来事を新聞に書いています。この新聞を毎月いろんな施設などに発送して、又市役所や、診療所などにも置かせていただき沢山のの方に目を通してもらっています。居場所の方にも新聞を置いているのですが、ここ数ヶ月前から月一で新聞を取りに来られ、居場所でコーヒーを飲まれたり、メンバーと話をされて帰って行かれる方がおられます。新聞を取りに来られるということで、居場所に来られるきっかけを作っていただけのはとっても嬉しいです。これからはもっとしたきっかけが生まれますように、新鮮組のメンバーたちと新聞づくりに力を入れたいと思います!! これからもよろしくお祈りしま〜〜す!!



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（TEL078-371-1900）にお電話してください。

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りします)

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