

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24日（土）	三田市総合保健福祉センター	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

毎日毎日暑い日々が8月でした。きっと夏バテ～～。という方も多いのではないのでしょうか？ 室内にいても熱中症になってしまっていました。さて9月はどのような気候になるのやら・・・。
まだまだ暑い日が続きそうです。暑さ対策もう少し延長して行ってくださいね。早く涼しくな～～～れ！！

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

野菜販売行っま～～す!!!

今回は出張販売をさせていただいている、有馬病院の様子を紹介させていただきます。毎週金曜日15時30分から、新鮮組で収穫した季節のお野菜を職員の方たちやデイサービスに来られている方たちを買ってもらっています。いつも販売の準備の途中で、トマト、ナス・・・等よりながの購入です。沢山の方に待っていただいているので、野菜をお持ちするのも楽しみです。新鮮組のメンバーたちも沢山の購入に野菜作りの励みになると思います。来月はいよいよ黒豆の収穫です。沢山購入していただけるよう畑作業頑張ります！！

又販売希望があればあすなるまでご連絡ください。お待ちしております



働く精神障害者講演会のお知らせ

日 時 : 平成28年9月24日（土） 13:30～15:40 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 : 三尾弘明さん(ケアステーションみのり)他数名
申込み不要 ・ 入場無料

要約筆記、手話通訳が必要な方は9月14日（水）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

9月居場所サロンの行事はお休みです。次回は12月です。

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/>



「人間として最低限の生活を保障」とか、「より人間らしい生き方」とか、「基本的人権」などというワードを見聞きするたびに、では、人間らしい、人間的、って一体なんなんだろう、と考えさせられます。人間がそれぞれの地域で社会を作り仲良く暮らして行くためには、いろんな場面において、納得のいかない待遇の差があったり、差別、疎外、えこひいきなど、同じ人間なのに立場、階級分けのような「人間区分」が、なるべく無い方が望ましいのは言うまでもありません。しかし、本質的にその構造上、どうしても管理する側とされる側に区分して、もっと分かりやすく言えば看護する側と患者とがはっきり分かれる精神科の閉鎖病棟などにおいては、ドアのカギを持つ権利があるか無いかで、住む世界が、景色が違ってきます。

そういう中でたっぷりとした時間をいただいた経験のある私が行き着いた結論は、これは特に世界でも日本において顕著であるとされる、「恥」の文化、英語でいう「プライド」についての問題です。何を恥ずかしいとするか、という意識は、それこそ、動物や植物にはなく、人間特有です。胸を張る、誇る、というような心情は、プリミティブなものとしては犬や鳥にも見受けられますが、それを自意識として己自身を律するために備える、というのは、人間以外ありません。

精神疾患であるという事を恥ずかしい事として見る、そのように見る者の方が、当人よりも実は人間として恥ずかしいのだ、という考えは、意外にも子供の方が呑み込みが早く、世のしがらみに毒された大人の方が、まっすぐそのまま受け入れづらい、という現実があります。恥ずかしさというものにも段階があって、心が大人になって成長し、初めて見えて来る景色、「プライド」があり、自分としてはどこまでのレベルへ達するか、高みを指すというのは、悪くないことであると思います。(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：あすなる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

今年も参加しました!!! くすのき夏祭り!!!

今年は念願の協同の苑さつき・くすのきさんの夏祭りに参加させていただきました。到着するや否や歓迎ムードで職員さんたちは法被をきていて祭りを盛り上げる準備をされていました。車から野菜をブース前に運んでいるとたちまち職員さんたちに囲まれました。

「良い野菜ね、早く買いたい」といいながら品定めをされていました。今までを知らない私にとっては少し焦りましたが、急いで陳列しました。あすなるの野菜をここまで楽しみにしてくれる方たちがいると思うとうれしくなり、一つでも多く買っていただきたいと思い一生懸命販売に取り組みました。「ナス、トマト、オクラ、キュウリ」が一番早く売れました。「米、スイカ」の売れ行きもよかったです。スイカはまとめて2個買ってくれたお客様もいて驚きました。毎年恒例のキュウリの一本漬けを楽しみにしてくれている方も多くおられ多くの皆様に感謝している次第です。夏祭りに毎年呼んでいただきくすのきの皆様には大変感謝しております。今年も本当にお世話になり、ありがとうございました。また来年もよろしくお願いします。(O)



明日 暑さを吹き飛ばそう!!
暑さを吹き飛ばそう!!
暑さを吹き飛ばそう!!

毎日30度を超える暑さの続く中、暑さを吹き飛ばそうとイベントに参加していただきました。居場所も暑かったのですが、冷えたそうめんを食べていただいて少しは暑さが吹っ飛んだでしょうか??今年も新鮮組の畑の収穫が沢山あり、店頭販売にも沢山の野菜を置いています。その中で今回はキュウリとトマトをイベントに使用しました。ちょっと自慢ですが今年のトマトは今までにない美味しいトマトが出来ました。買っていただいた方にもリピーターが居られるくらいです。又値段も2個100円と超安い!!来年も美味しくできるといいなあと思いながら、そーめんと一緒に夏野菜を味わいました。



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、あすなる（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 あすなる
	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	