

三田市精神障害者支援センターの平成30年度年間行事予定月です。

詳しくは、5月のあすなる新聞、チラシ等でお知らせします。

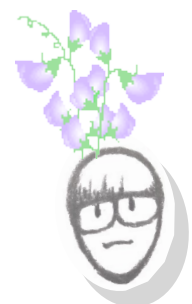
平成30年6月・平成30年9月・平成30年12月・平成31年3月

三田市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

桜の花だよりもちらほら聞こえるこの頃ですが、この時期になると桜の花もさることながら、沢山の花粉に悩まされている方も多いのではないのでしょうか。本当に毎年の事ながら大変ですね。外出などは極力控え、マスクやメガネなど使用して、帰宅時は洗顔やうがいなどをして花粉を落とすなど気を付けて少しでも快適に過ごしていただけたらと思います。

4月末からはゴールデンウィークに入ります。体調に気を付けて素敵なゴールデンウィークにしてくださいね。



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



特定非営利活動法人あすなる

平成30年4月108号

あすなる新聞

ビーズづくり!!にチャレンジ!!

今回はビーズづくりの紹介をしたいと思います。野菜最盛期や黒豆の時期は、販売や野菜や黒豆の処理をしたり、又あすなる新聞やチラシなどを折ったりといろいろな作業をしていますが、最近は新しい試みでビーズアクセサリーを作っています。最初はなかなかビーズを通すのもままならなかったですが、今では指輪、ストラップ、ブレスレットなどあっという間に仕上げるようになりました。さて仕上げた小物ですが、市役所玄関横の『アンテナショップキラリ』で販売しております。可愛い小物が沢山出来上がりましたので、一度『アンテナショップキラリ』にお越しください。お待ちしております。



指輪を作っています。

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/>



今年2018年の1月19、20、21日と2泊3日で、私は久しぶりに新幹線で東京へ行く機会がありました。必要以上に心配する両親をしり目に、内部障害により、車内でじっと座って同じ姿勢をキープする「苦痛との格闘」も楽しみに変え、リフレッシュの旅にもなりましたが、実は精神障害者ピアサポート専門員の2年ごと（現在では3年ごと）の更新研修が2日間、東京大学医学部第3号棟で開催され、あすなろのピアサポーターとして私もこれに参加して来たというわけです。全国から懐かしい同志が一同に会し、久しぶりの笑顔であふれ返り、嬉しさとともにモチベーションも上がりました。日本メンタルヘルスピアサポート専門員研修機構の主催によるものですが、これは国家資格ではないものの、今ようやく国が重い腰を上げてピアサポーターを公的に養成しようと予算を投じて動き出して来た、そのきっかけの一つにもなったものだと、私は密かに確信しています。

かつては地元の作業所に通い、請負いで運送会社のメール便配達や印刷業者の帳合の作業などをしてほそぼそと頑張っていた私が、現在では三田市のあすなろ相談支援事業所でピアサポーターとして障害福祉サービス業に就かせてもらっている、その幸せもまさに、「ピアサポート」という仕事が世に認められ始めた今だからこそのものであると、本当に感謝の気持ちで一杯になります。精神を患うと、そのように周囲からみなされたその瞬間に、人権は無きものと化し、何を言ってもしても誰からも信用されず、理解されず、みじめな人生を享受するしかなくなる、それが世の常であるという時代がかつてはありました。平成、昭和、大正とさかのぼり、明治時代などには世にも残虐な、強制的な脳の外科手術により廃人にされた患者さんも実際に居たという事実を思うと、なんとも居たたまれぬ「怒り」を通り越し、この未成熟な人間の「愚かさ」にやるせなささえ、覚えます。（N）



ピアサポーター出張講演！！

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100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

あすなろ相談支援事業所 Tel 079-556-5075 FAX 079-556-5275



慶雲館玄関 門構えがすごいですよ。



盆梅でつくった雛段です。



ケーキセットも頂きました。



名物 鯖そうめん
美味しかった～～あ！！

すいせん・うめ？？

長浜の慶雲館で毎年行われる盆梅展に行ってきました。今年でなんと67回目だそうです。慶雲館のお屋敷の中に入ると、梅の香りがいっぱいでした。座敷には立派な盆梅が、きれいに並べられています。樹齢250年なんて樹もあるんですよ。一本の樹に紅白の花を咲かせたり、しだれ梅や一重や八重など、又紅白色々本当にこんなに種類があるんだとちょっと優雅な一日でした。お花見ついでにちょっと名物の『鯖そうめん』を頂き帰りの途に就きました。

淡路島の『淡路立川水仙郷』に行ってきました。なだらかな斜面にはあたり一面水仙の花が一杯。柔らかな水仙の香りも素敵でした。水仙の向こうにの山間から見える紀伊水道の海も綺麗でしたよ。最後に夕方の明石海峡大橋を渡って帰路につきました。

今月は三田でも、毎年恒例の三田さくら回廊ウォークが4月7日に行われます。又いろんなところで桜祭りも行われます。梅や、水仙も綺麗でしたが、武庫川沿いに咲く桜も綺麗ですよ。一度お出かけくださいね！！



明石海峡大橋



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

※ご連絡いただければ、振り込み料金無料の

用紙を送らせていただきます

新鮮組研修旅行計画中！！

毎年恒例の新鮮組研修旅行ですが、ただいま構想練っています。

どんな研修旅行になるかお楽しみに！！

