

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（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。

日時	場所	内容	講師
平成30年11月	まちづくり協同センター	第9回三田市精神保健福祉フォーラム	未定
平成31年2月23日（土）	まちづくり協同センター	お薬と病気の話	小田陽彦さん

あすなる訪問看護ステーション



9月は台風20号、21号とたてつづきに大きな台風がやってきて、各地に大きな被害を及ぼし、また北海道では北海道胆振東部地震が起き本当に今年に入り自然災害が各地で起きています。

メディアでも何度も放送で流れていましたが、『自分の身を守ってください。』テレビを見ている自然には逆らえないということを目の当たりにして、自分を守る行動を早くとらなければと思うようになりました。10月に入りまだまだ台風の発生が思われます。皆さんも災害が起きたら、身を守る行動を早くに行ってくださいね。

台風が去ったあと涼しくなってきました。風邪などひかないように。



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



黒枝豆販売しま〜す！

今年も美味しい黒枝豆が収穫できました。夏の暑さにも耐えての収穫です。今年の夏は本当に暑く、新鮮組のメンバーたちも今まで以上に水やりなど大変でした。そんな心のこもった黒枝豆を今年も味わっていただけたら嬉しいです。

販売は今年もファミリーマートさん駐車場で行います。月曜日から金曜日、10時～16時で行っております。また地方に発送される方は、箱（150円）のほうもご用意しております。沢山のご来店お待ちしております。




黒枝豆 1.2kg 600円



新米 10kg 4000円



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/>




台風が来るのに・・・

9月3日台風21号が来る前日、香川県にあるレオマワールドに行く計画をしていました。とにかく決行！！ということで出発。当日は写真のようにお天気も良く、暑い中遊園地を満喫し夜景も楽しんで過ごすことができました。当日ロビーで待っているときに高松から来られたというお年寄りとお話していると『香川は台風が来る、来るというけれど、あまり上陸しないから明日も大丈夫』とのお話。翌日はその言葉通り雨風も横殴りにはなりましたが、ちょっとひどい雨ぐらい。でも携帯からは警報は鳴るし、高速は通行止めになるし、ちょっと様子を見てからと言いながら16時ごろまでホテルで過ごし帰りの途に就きました。それからが大変！！香川ではちょっと台風の影響がなかったけれど、下道を通りながら淡路鳴門大橋に出る途中、山の中を走ると、滝のような流れがたくさん道路にめがけて流れていて徳島に近づくほどそれがひどくなり川の水も濁流のごとく本当に怖かったです。土石流が起きるのはこんな状態で起きるのかと感じながら高速入り口までたどり着きました。今回は大きな出来事もなく無事我が家にたどり着きましたが、今回の台風や、岡山、広島の水害に合わせた方は本当に怖い思いをされていたんだなあと感じる旅でした。本当に自然災害は怖いです。自分の身は自分で守るを感じる旅でした。



講演中の鏡味英彦さん



平成30年8月4日 こころの絵本プロジェクト講演会に参加して

平成30年8月4日三田市総合保険福祉センターにて鏡味秀彦さんによる『こころの絵本プロジェクト』についての講演をしていただきました。講演会に参加された方に感想を書いていただきましたのでここに紹介させていただきます。

私には小・中・高と3人の子供が居ます。小学生ぐらいで精神障害のことについて理解するのはまだまだ少し難しいかもしれません。透かし中・高ともなれば自分の考えをしっかりと主張するようになります。ニュースなどで知る事件の中で容疑者は精神科に通院していた＝精神障害者は怖い、何をするか分らないというイメージを強く持っているようでした。私は福祉職に就いているので、そうではないということをお話するのですが、そのくらいの年齢になると母の話に聞く耳を持ちません。この思春期の間にいろいろな人の話を聞いて、経験して、物事を柔軟に考えられる人になってほしいと思っています。その中で『すまみらいの絵本プロジェクト』を知りました。絵本が素敵！という第一印象でした。言葉で相手にうまく伝えるのは難しいけれど、絵本を読んでもらって伝えることができる。自分で読んでみてどう思ったかを話しあうだけでも、自分の考えだけにとらわれずに多様性を認めるきっかけになると思いました。さらに高校生向けにワークショップの活動をされていることを、今回参加して知りました。精神障害について理解を深められる。良く分らないものを疎外しようとしたり、区別しようとする、それが差別につながる可能性がある。社会に出る前に理解を深められる機会があることはとても良いなと感じました。ぜひ全国にこの活動が広がっていくことを期待して、私も福祉職にかかわる人として何かお手伝いできればと思います。

(ぐっちゃん)



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

あすなる相談支援事業所 TEL 079-556-5075 FAX 079-556-5275

10月近場のイベント情報!!

食欲の秋。三田近郊では食にちなんだイベントがたくさん開催されます。ここに少し紹介いたします。よかったら行って下さ〜い!!

三木秋祭り 大宮八幡宮

2018年10月06日～2018年10月07日

問い合わせ先:三木市観光協会

0794-83-8400

柏原藩織田まつり・丹波かいばら

うまいもんフェスタ

2018年10月8日 10:00～16:00

問い合わせ先:織田まつり・うまいもんフェスタ実行委員会事務局 080-2451-3115

ありまふじフェスティバル'18秋

2018年10月20日～2018年10月21日

10:00～16:00

問い合わせ先:有馬富士公園管理事務所

079-562-3040

丹波篠山味まつり

2018年10月6日(土)～2018年10月8日(月)

問い合わせ先:079-552-1111

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、引き続きよろしくお願ひします)

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

※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

