

三田市精神障害者支援センターの令和1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。

日 時	場 所	内 容	講 師
令和1年7月6日（土）	街づくり協働センター	イタリア・トリエステの実情	小林絹恵さん
令和1年9月14日（土）	三田市総合福祉保健センター	第10回三田市精神保健福祉フォーラム	宮崎宏興さん
令和2年2月15日（土）	三田市総合福祉保健センター	お薬と病気の話	未 定

あすなろ訪問看護ステーション

毎日暑い日が続いています。特に今年は5月から真夏日が続いているので、夏が長いような気がします。この先いつまでこの暑さが続くのかちょっと心配になります。この間はしっかり睡眠をとり、水分補給をして熱中症にかからないよう気を付けて過ごしてくださいね。又家で過ごす時も風通し良く、クーラーなどで温度調節して過ごしてくださいね。暑さまだまだ続きます体調管理気を付けてお過ごしくださいね。

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』がお待ちしております。

あすなろ訪問看護ステーション TEL・FAX 079-562-5530



乾燥野菜はじめます〜〜！！

この度、『新鮮組』は乾燥野菜にチャレンジします！！ 今までも、干し大根、干しなすび、干しシイタケ、干しネギとチャレンジしましたが、今回は夏野菜にチャレンジします。『新鮮組』では、干し野菜チームを作り、干し野菜についても勉強しつつあります。今回新しくチャレンジしているのはニンニクと玉ねぎです。うまく出来上がりましたら、市役所にある『アンテナショップ・キラリ』にて販売いたします。これからも夏野菜の収穫が始まったら、いろんな野菜にチャレンジします。どうぞ期待！！



講演会のお知らせ

『精神科病院のないイタリアの精神保健と文化』の講演会を下記にておこないます。

多数参加お待ちしております。

日 時 : 令和1年7月6日（土） 13時30分 ～ 15時30分（13時開場）

会 場 : まちづくり協働センター 多目的ホール

講 師 : 小村絹恵さん（精神保健福祉士・大谷大学非常勤講師）

参加費・申し込み不要 手話要約筆記が必要な方は 令和1年6月20日（木）までに申し込みください。

問合せ先 : NPOあすなろ TEL079-556-5075 FAX079-556-5275

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/>



7月・8月近場のイベント情報!!

7月、8月といえば夏祭りに花火。ということで今回は夏休み、花火大会のご紹介です。夏まつりに出かけ、花火を見て暑さを吹き飛ばしましょう!!

三田まつり・花火 (予定)

日 時 : 2019年8月3日 (土)
まつり時間 14:30~21:00
花火時間 19:00~20:00
会 場 : 三田市総合文化センター
(郷の音ホール駐車場)

詳しくは三田市ホームページ・三田市観光協会ホームページ
でご確認ください。



みつきい夏まつり2019 (予定)

日 時 : 2019年7月28日 (土)
まつり時間 16:30~19:00
花火時間 20:00~20:30
会 場 : 兵庫県立三木総合防災公園内 中央芝生広場
詳しく是三木市ホームページ・三木市観光協会ホームページ
でご確認ください。



加東市花火大会

日 時 : 2019年8月7日 (水) 19:30~21:00
会 場 : 東条湖周辺

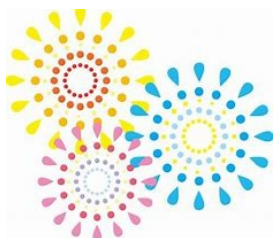
詳しくは加東市ホームページでご確認ください



第72回淡路島まつり花火大会

日 時 : 2019年8月4日 (日) 20:00~20:50
会 場 : 洲本港・大浜海岸周辺
(兵庫県洲本市海岸通・大浜公園内)

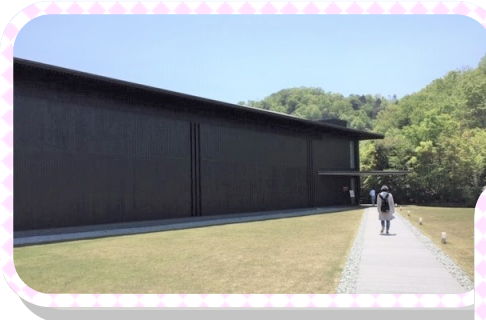
問合せ先: 淡路島まつり実行委員会 Tel 0799-24-7613



美術館巡りはいかが? ?

『大原美術館』

岡山県倉敷にある美術館です。正門に入って正面のギリシャ神殿のような外観の本館。とても威圧感があります。中に入り展示物を見ていくと、この絵画は教科書で見たとか、授業で習ったとかがあり、なんとなく身近に感じた気がします。実際に見ると本当に迫力があり感激の一言!! 美術館の近くにはアイビスクエアやいろんなお洒落なお店が沢山あり、美術鑑賞の後は、ショッピングや食べ歩きをされてはいかがでしょうか。



『森の中の家 安野光雅館』

京丹後市久美浜町にある美術館です。ちょうど訪問した時には「メアリ・ポピンズ原画展」が行われていました。安野光雅さんは絵本作家で、小さい時に見たという絵本も沢山ありました。こちらの敷地は2007年から植樹をされて作られた森の中にあり、工房レストランや絵本の販売などもされていて、自然の中ちょっとホッくりできますよ。



『植野記念美術館』

丹波市氷上町にある美術館です。三田には一番近いかもしれません。こちらは年間5~6回に分けていろんなジャンルの展覧会が行われています。最近では「いわさきちひろ展」を鑑賞してきました。「窓際のトットちゃん」ってご存知ですか。この表紙を飾っているのもいわさきちひろさんなんですよ。子供たちのいろんな表情がある作品でした。桜の季節には近くの河原でお花見もできます。



倉敷街並み

左・大原美術館

右・アイビスクエア

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



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