

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2年1月18日(土)	まちづくり協働センター	お薬と病気の話	小田晴彦さん

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

## あすなる前間看護ステーション



残暑が厳しい10月でしたが、自然は秋に向かってしっかり進んでい ます。今年はインフルエンザの流行も早くから聴きますが、外出から 帰ったら手洗いうがいをして予防してくださいね。ちなみに予防接種 を受けておくと罹っても軽くすむ場合があるそうですよ。



とにかく予防が大事!! しっかり栄養を取って、睡眠もしっかり

とって元気な身体で過ごすのが一番!!



インフルエンザなんか撃退しましょう!! なんてね。



#### 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』がお待ちしています。

あすなろ訪問看護ステーション ILL・FAX 079-562-5530





### 特定非営利活動法人あすなる 今和1年11月127号





# 三个下的最初的 11年下城市 直接直入县市户

熟さやは、お正月の黒豆になる直前の、11月初めの丹波黒です。

見た目はさやが茶色くなりかれているようですが、甘みとコクは黒豆!!味わえる のは11月に入ってから10日間ほど。三田に住んでればこそのお豆さんです。今年 はこの『熟さや』をあすなろでも販売します。市場にはあまり流通しない『熟さや』 をご賞味くださ~~い。



#### 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/



# 1月近場のイベント情報!!

いよいよ実りの秋!! 各地で沢山の食のイベントが行われています。三田でも恒例の三田まつ りが行われます。旬のお野菜に始まって三田牛のカレーなどイベントも盛り上がりそうです。 そこで今回は三田近辺の農業まつりのご紹介です。ここにいろんなイベントがあります。あの 賑やかでおいしいイベントを楽しんでいただけたらと思います!!



日 時: R1.11.9(土) 10時~15時

場 所:郷の音ホール駐車場

(三田市天神)



#### いながわまつり

中 650代 美沙 人名

日 時:R1.11.3(日)10時~16時

所:猪名川町総合公園(猪名川町白銀)

※荒天中止

場 所:西谷ふれあい夢プラザ

(宝塚市大原野字炭屋)



#### 川西まつり

日 時:R1.11.10(日) 10時~15時

場 所:キセラ川西せせらぎ公園

(川西火打ち)





講演中の宮崎宏興さんと 講演会風景

令和元年9月14日『S-SIPからはじめる 三田市に地域共生社会づくり講演会』についてNPO いねいぶる、宮崎宏興さんに講演していただきました。講演会に参加されました、畑さんに参 加された感想をここに紹介させていただきます。

#### SI-SIPからはじめる三田市の地域共生社会づくり

#### ~たつの市 T-SIPの取り組みからヒントを得る~フォーラムに参加して

フォーラムでは、当事者の多様な形の社会参加が紹介されていました。それは、障害の有無で はなく、誰もの「自分らしさ」が活きる・叶える・輝かせるための取り組みであるよう感じま した。三田市にも社会参加という一つの場として、沢山の居場所(サロンなど)があります が、しかしその多くは高齢者や子育て世代など限定したもので、多様な主体が一体で混ざり合

> う活動や居場所、いわゆる「小さな共生社会」を感じられる場が少ないように 感じます。同じ世代の方の集まりはとても大切なものでもありますが、地域

社会は多様な人で築かれていて、その中の一人に自分自身がいるという認識 すること、そして地域に住まう人としての出会いと対話のある環境こそが 「くらしの安心」につながるということを知っていただき、たつの市で取

組まれているように、障害者理解という枠を超えた、真の「共生社会」の実

現に向けて共に取り組んでいけたらと思いました。



# 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 IL 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)

(畑)

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

一口 個人 2000円 年会費

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

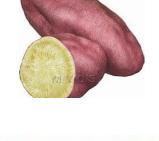
他金融機関よりの振込用口座番号

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







日 時:R1.11.3(日)10時~15時





