

令和元年度の講演会は終了しました。令和2年度の講演会が決まりましたら記載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

あすなろ訪問看護ステーション

いよいよインフルエンザ到来！！みたいな感じで流行しているようです。この時期は人混みをさけて、帰宅したら、手洗い、うがい、睡眠を十分とり体調を整えてくださいね。無理は禁物です。

もしインフルエンザかなと思ったら、早めの内科受診してくださいね。本当に無理は禁物！！ 昨年末から暖かい日が続いたり、又急に寒くなったりと季節がおかしく、体調管理が難しいです。

こんな時こと体調管理しっかりお願いします。



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 TEL・FAX 079-562-5530



特定非営利活動法人あすなろ

令和2年2月130号

あすなろ新聞



餅つき大会。新年会しました！！



あすなろ恒例、年末の『餅つき大会』、新年の『新年会』を行いました。

餅つき大会は毎年のことながら男性陣が頑張って餅を搗いてくれました。頼もしい限りです。

おかげで沢山の餅が搗けて、ついた餅を女性陣が丸めます。女性陣も毎年行っているので上手になって来ました。そのお餅を搗きたての状態で大根餅や、あすなろで作っている黒豆黄な粉で、黄な粉餅などをして頂きました。又新年会では、年末についたお餅でお雑煮を頂きました。

今年一年も新鮮組のメンバー・スタッフ元気で過ごせたらと思う行事でした。



もち米蒸してます～～。

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/>



福 2月近場のイベント情報!!

今回は、この時期美味しい『牡蠣』！！兵庫県内でも沢山牡蠣フェアが行われています。イベントは本当に牡蠣、牡蠣、牡蠣です。寒い時期ですがイベントの牡蠣のバーベキューを囲んで温まってください！！

赤穂かきまつり

日 時：2020年2月2日（日） 9：00～14：00

場 所：兵庫県赤穂市 県立赤穂海浜公園 赤穂広場

J R播州赤穂駅から有料シャトルバスが運行

問合せ先：赤穂観光協会 0791-42-2602

雨天決行

網干かき祭り

日 時：2020年2月2日（日） 10：00～15：00

場 所：エコパーク網干 兵庫県姫路市

山陽電鉄「山陽網干駅」から無料シャトルバス運行

問合せ先：網干かき祭り実行委員会 TEL：079-272-9166

雨天決行

相生かきまつり

日 時：2020年2月9日（日） 10：00～15：00

場 所：I H Iふれあい広場

J R「相生駅」南口から有料臨時バス運行（中学生以上100円、小学生以下50円）

問合せ先：相生かきまつり実行委員会 0791-23-7133

雨天決行



初詣行ってきました。



東本願寺



東本願寺をゆっくり参拝した後時間があつたので、三千院へとお参りに行きました。三千院へ行く道路状況も混雑なく本当にいつもの京都ではないような気がしました。三千院も混雑なくきれいなお庭を散策しながらゆっくり回ることが出来ました。今回は久々にゆっくりした京都を散策でき、年初からラッキー！！と思えるような初詣でした。



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 Tel 079-556-5075 FAX 079-556-5275



三千院

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