三田市精神障害者支援センター

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

７月の豪雨、９月の台風と自然災害が多いです。

今年はコロナという感染病が流行していたため、避難先の確保も大変だったと思います。９月に入っても残暑厳しく熱中症で救急搬送のニュースも流れていました。これから１０月に入るとインフルエンザの流行。コロナもそうですが、インフルエンザも同じで、手洗い、うがいそしてマスク。　外出から帰ってきたらまめに行ってくださいね。まだまだコロナの終息も先の話。（？）　気分転換しながら過ごしていけたらと思います。

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

10月 October

特定非営利活動法人あすなろ　令和２年１０月１３７号

あ す な ろ 新 聞

美味しい季節がやってきました！！

毎年毎年春に苗植えをして収穫まで、雑草取りや水やりにと（今年の暑さは異常でした。）新鮮組のメンバーたちが、頑張って育ててきた、黒枝豆とキヌムスメの収穫が近づいてきました。

今年もあすなろで販売を行います。販売時間は、月曜日から金曜日、１０時から１６時までです。

またお電話（TEL079-562-5531）にてのご予約も承っております。沢山のご来店お待ちしています。

黒枝豆

1．2キロ　600円

袋700g　500円

１０月中旬販売

キヌムスメ

10キロ　4000円

5キロ　2000円

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/

相談支援にかける思い

コロナ禍の中であすなろに入職してはや6年目を迎えました。今年は相談を受ける側でさえコロナウィルスに怯え自身の身の安全を守りながら、新しい生活様式の取り組みをし、日々相談を受けています。

そのような状況であっても、「ご本人」を知り「あらゆるパターンを想定」し「役割分担」をし「目標達成に向けて後悔しない」よう「一緒に考えて」進めるというモットーは変わりません。

基本的にご本人の思いや意向をこちらも共有し、もしも自身の問題だったらどうするかを考え答えを出します。ご本人の気持ちになってお話を聴くことはもちろん、たらい回しにならないように気を付けたり、一人で抱え込まず適切な関係機関につないで切れ目のない相談になるように心がけています。

5年も経つと様々な体験から経験値があがり他専門職とのつながりからそれなりに相談に乗れていると感じるようになっています(まだまだ力不足な点は多いですが)。いつもお世話になっている方々には感謝しています。人が一人一人違うように殆どの相談が一人では解決できないもので皆さんの協力があってこそだと実感しています。皆さんの協力があるからこそ物事に前向きに取り組むことができています。

コロナ禍で大きく変わったことは、面談です。これまでは相談があると会って話をきいていたので、多くの情報を言葉以外からも得られていました。ご本人との関係性の維持も難しくなっている場合もあります。それを実感するのはサービス提供事業所で日々支援を行う支援員とは違い、モニタリングでたまに会う相談支援専門員はこれまで以上に希薄な関係になっていると思います。ご本人のことを思うと非接触がよいので順調な時はそれでよいのだと言い聞かせたりしています。困りごとがでてきたときに相談に乗れる相談員でいるには関係性の維持が必要で、希薄では相談しにくいという問題が出てきます。これまでもそうでしたが、このような時期であるからこそいつも以上に関係者間の連携は必須であると感じています。

チームワークや役割分担は大事で、支援員が関わる中であらゆる相談を受けると思いますが、一つの事業所や支援員で抱え込まず内容によっては相談支援専門員に相談して皆でよい方法を考えようと提案してもらえるとよいと思います。ご本人にとって最善の策はどれか、また社会資源は多い方が選択肢が増えるため結果的によい支援につながると思います。

あすなろとしては、ご本人の意向を大事にしながらコロナ対策をして、できる限り面談を行っています。

最後に、至らぬ点は多々ありますが、日々精進しあらゆるご相談に乗りご本人と一緒に考えて進めることを続けたいと思っています。今後ともあすなろをよろしくお願いします。

相談支援専門員・精神保健福祉士　太田　勝将

老木に癒されて～。

大阪府能勢町にある『天然記念物　野間の大けやき』樹齢千年以上だそうです。千年この時、何を見て過ごしてきたのでしょうか？　今コロナ過ですが、けやきにしてみたら、『ほんの半年。まだまだやで。頑張り屋』なんて思いながら私たちを見てるのでしょうか？　こんなに時代を生きてきたけやきを見ていると、くよくよしたりしているのが本当にちっぽけなことのように思えてきて癒されてきました。まだまだ先が見えないコロナ生活ですが、けやきを見に行って気持ちを癒されてみてはいかがでしょうか。このけやきには、毎年東南アジアの方からアオバズク（フクロウ）が飛来して、子育てをして帰っていくらしいです。遭遇できるとハッピーですね。

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!!

精神障がい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がいピアサポーター
- 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。