

令和3年3月20日（土）春分の日『年金のことを知ろう！！』講演会

対面及びWEB（もしくは録画）で開催。詳細は次号あすなろ新聞、チラシにてお知らせします。

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

コロナ禍の中『緊急事態制限』が発令されました。

一度は少なくなっていたのですが、ここで第3波、4波と言われ、患者数もどんどん増えてきています。昨年4月には各自で自粛していましたが、少しずつコロナ慣れしてきているのか外出の方たちも増え日常に戻ってきているような錯覚に陥っているのかもしれないですね。今一度昨年4月のころのように各自で気を付けて少しでもコロナが終息していけたらと思います。皆さんも外出時にはマスク。帰宅時には手洗いうがいを忘れないで今一度感染に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



特定非営利活動法人あすなろ

令和3年2月14日号

あすなろ新聞



はっもうで



毎年初詣は京都まで行ってきましたが、今年はコロナで外出するのはためられお正月三が日は自宅で過ごしました。皆さんはいかがでした？ で、お正月が過ぎて3密を避けながら近くのお寺に。三田市尼寺にある『花山院菩提寺』に。こちらは西国三十三観音霊場中興之祖 花山法皇の菩提寺になっています。山頂までは急な坂道になっていて、下りになるとジェットコースターに乗っているような前が見えない下り坂です。山門をくぐり手水舎にはこの時期なのでお水は無かったのですが、残っている水が寒くて凍っていました。本堂にお参りし、お庭を散策し展望台から眺めるとフラワータウン、ウッディタウン、カルチャータウン、千丈寺湖が一望です。当日はお天気も良く見晴らしも最高でした。こちらのお寺には『幸福の七地蔵』があります。父地蔵、母地蔵、子供地蔵などありそれぞれの御手にはその役割を象徴するものを持っておられます。お地蔵さまの手を握りご加護を受けるとのことで、エアータッチをしてきました。ちょっとゆっくり初詣を楽しんで癒されてきました。近くには沢山癒しの場があるものです。皆さんも近場散策いかがですか！！



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/>



12月の

新鮮組

1月の

毎年年末は餅つき大会があり、その後大掃除という年の瀬の年末行事でしたが、昨年末は餅つき大会は中止。大掃除も分散して一週間かけて行いました。新年会についてもお雑煮はなく、年始の挨拶終了後お年玉の抽選会。空くじなしでメンバーさんに抽選してもらい今年はそれで解散しました。このコロナ禍で、できることが縮小されてきましたが、畑仕事は主に外仕事になりますので、個々の作業は分散しながら行います。これからは、夏野菜に向けての苗づくりや、秋に収穫の柿の木の剪定にチャレンジしていきたいと思います。いろいろ工夫しながらの作業となります



12月末畑のまわりの掃除をしています。溝掃除や雑草を抜いたりしてきれいになりました。



昨年収穫した黒豆を選別しています。『キラリ』で販売したり、黒豆黄な粉にしたりします。沢山の購入お待ちしております。

土量改良のために、昨年米の収穫時にできたもみ殻を数時間かけていぶして作っています。この燐炭をあすなろの畑で使用します。



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、引き続きよろしく願います）

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。

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

こんなサービスありますよ！！

①あまり利用されていない「自立生活援助」や「地域定着支援」はどのようなサービス？

私はあすなろ相談支援事業所の相談支援専門員で計画相談を主に担当しています。ご本人はもちろんその方の身近な支援者からもこのサービス名をきくことは少なく、希望や意向をきく中でこちらから提案しています。あすなろでは主に地域移行支援を利用された方に退院後にどちらかのサービスを調整していることが多いです。

じりつせいかつえんじょ

「自立生活援助」：おおむね週1回以上の自宅訪問や外出同行をして地域で自立生活が

できるようになるまで（標準1年間）支援をしてくれるサービス

ちいきていちゃくしえん

「地域定着支援」：24時間365日電話対応や緊急時訪問支援(標準1年間)をしてくれる

サービス

単身生活またはご家族がいても高齢や障がいがあり支援ができない場合など一定の利用条件があります。併用利用はできません。あすなろでは自立生活援助をピアサポーターが行っています。

退院後の障がい福祉サービスと言えば、自宅なら居宅介護(家事援助、身体介護、通院介助)、グループホームなら共同生活援助、就労訓練なら就労継続支援B型が多く利用されています。「もう少し辛い所に手が届くようなサービスがないかな」「信頼のできるピアサポーターが自宅にきてくれれば安心できるのに」「地域住民と馴染んでいきたいが一人では不安」「いつでも電話できる安心感やお守り代わりがほしい」など考えたことはありませんか。

※少しでも興味を持たれましたら、病院ケースワーカーや障害福祉課職員、相談支援専門員に

じりつせいかつえんじょ

ちいきていちゃくしえん

「自立生活援助」や「地域定着支援」を利用したいと相談してください。

②コロナ禍での精神科病院からの退院支援

精神科病院に長期入院されている方が大勢いることはみなさんよく知っておられると思います。これまでも病院からの退院支援や障がい福祉サービスの地域移行支援を利用し退院されています。それでも長期入院者はまだまだおられます。その中でコロナウィルスが流行りだして約1年が経ちました。コロナ禍であってもご本人には権利があり、コロナ対策(3密を避ける、検温、マスク着用、手指消毒等)を行いながら退院されています。

特に病院等となると外部からの感染リスクが高いため、余計に地域移行支援は利用しにくいと考える支援者が多いのではないのでしょうか。ただご本人の退院の権利は以前と変わらないため、様々な工夫がなされZOOM面談やDVDによる退院意欲喚起、これまでの関係を途切らせないための電話や手紙でのやり取りなどと形をかえ行われています。

コロナ禍でも病院ケースワーカーはコロナ対策をしながらかわらず退院支援を続けています。私たちにも何かできることはないかと考えたとき、地域の事業者は院内での支援が困難でも役割を分けて院外や退院後の支援はできます。このような時であるからこそ、これまで以上に医療と福祉の連携が必須となります。あすなろでは地域移行支援も継続していますが、必ずしもこのサービスだけにこだわっておらず、退院後の受け入れ支援にも力を入れ医療従事者とともにご本人の権利を守れるよう取り組んでいます。

相談支援専門員 太田 勝将