

「当事者の経験から双極性障害とリカバリーを学ぶ」講演会

日時：令和4年2月19日(土) 13時30分～15時30分 オンライン (ZOOMを予定) 要申込

対象：双極性障害など精神疾患の当事者、家族、支援者。関心のある市民の方

講師：加藤伸輔さん (双極性障害の当事者、ピアスタッフ、第15回リカバリー活動賞受賞)

両日とも問い合わせは『きいてネット』Tel.559-5205 FAX559-5214 e

[sanda-kite-net@ace.ocn.ne.jp](mailto:sanda-kite-net@ace.ocn.ne.jp)

あすなる相談支援事業所 Tel. 079-556-5075 FAX 079-556-5275

あすなる訪問看護ステーション

年未年始は寒かったですね。兵庫北部は大雪だったり、三田も毎日寒い日が続きました。関東の方でも雪が積もっていました。ここ数年、夏の暑さも異常、冬の寒さも異常、日本の四季はどこに行ったのでしょうか？ 年末からのオミクロン株の感染も気が許せません。あつという間の感染者の増加。まだまだ気が許せません。日々今までの感染予防をしてお過ごしくださいね。3密を避けて、手洗い、マスク、うがいをしてコロナもさることながら、この時期のインフルエンザ予防も怠らないように心がけましょう。

ピアサポーターが訪問します！

皆さん！ お知らせです。

この度あすなるの訪問看護では、ピアサポーターが同行することになりました。もちろん誰でもいいというわけではなく、ご本人の希望に応じて派遣させていただきます。ご希望のない方には行きません。以前から温めていた計画でしたが、計画相談などにピアサポート加算が算定できるようになったことや、コロナの関係で講演会などが少なくなったのも原因です。今後ピアサポーターの活躍の場を増やしたいとの思いから始めていきます。

困っていることがあって、看護師ではちょっと、と言いきりやめてしまうことも、同じ経験をしたピアになら話せることがあるかもしれません！ 私の思いを聞いてほしいと思われる方は是非ご相談下さい。

あすなる訪問看護ステーション Tel.・FAX 079-562-5530

「地域活動を通じて新たな人とのつながりづくりへ」

これまでは相談支援の中だけでネットワークをつくってこれましたが、一昨年くらいから限界を感じていました。ご本人にとってよりよい支援をしていくためには視野を広げた新たなステージに進む必要性があったため、去年の4月から福祉や車椅子ユーザー、学生ら有志が集まり『wheelog(ウィーログ)さんだ』という市民団体をつくることになりました。

“誰もが住みやすいまち(三田市)”にしていくために、地域とのつながりを大事に様々なバリアフリーについてみんなで考えよくしていこうという取り組みです。地域や人を巻き込み、つながりとその拡大が目的です。

主な活動内容は街歩きをしwheelog!アプリで登録&Instagram(インスタグラム)更新、イベント企画&開催・パネル展示、ミーティングです。

2月はユニバーサルプランター活動、3月30日には街歩きイベントを開催する予定です。この活動で出会った方々から、毎回様々な学びや気づきがあります。

その延長線上で顔の見える地域ネットワーク化ができればご本人の生活の充実のための相談支援につながりますので、これからもこの活動は続けていきます。

太田勝将

『wheelog(ウィーログ)さんだ』 QRコード



特定非営利活動法人あすなる

〒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](mailto:npo.asunaro@honey.ocn.ne.jp)

<http://npo-asunaro.org/>



12月の

# 新鮮組

1月の



今年の秋に美味しい柿の収穫ができるように、堆肥をまいています。

堆肥です。



柿の木に堆肥を入れると同時に、枝の剪定をしています。この時期は野菜も少ないので柿の手入れなどを行っています。いろいろしごとはあります……。忙しい、忙しい(^^)



1月の畑です。玉ねぎが大きくなっています。



## 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！！

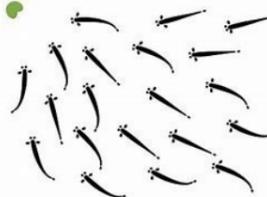
精神障がい当事者が出張講演いたします。

- 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：あすなる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

あすなる相談支援事業所 TEL 079-556-5075 FAX 079-556-5275



## メダカへの学校は〜♪



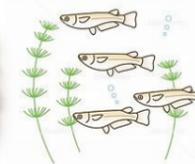
昨年11月ごろに我が家にやってきたメダカ。

道の駅に『田んぼの近くで採れたメダカ』と書いてあり早速購入。帰って水槽に入ると、なんとメダカ11匹、エビ2匹が入っていました。最近

はいろんな種類の綺麗なメダカが沢山販売されてますが、なかなか自然のメダカにはお目にかかれない。メダカは増えると聞きますが、種類の綺麗なメダカは自然の川には放流することができません。でなかなか購入に至らなかったのですが、『田んぼの

近くのメダカ』というフレーズに魅かれて購入しました。朝夕決まった時間に餌をやるのですが、水槽をこんこんとたたいて餌をあげると上に上がってきて食べていま

す。可愛いですよ。コロナ過の中のちょっとほっこりでした。



## 新鮮組メンバー募集

その人の その人らしい かがやきを

新鮮組メンバーと一緒に畑作業しませんか。10時から15時まで土を耕したり、種や苗を植えたり、又作物の収穫をしたりと一緒に青空の下でやってみませんか。指導員と一緒に、一人一人のペースで作業をしていただきます。

又今年度より昼食にお弁当（無料です）を用意しています。メンバーさんたちもお弁当を楽しみにしています。希望される方は下記までお知らせください。

新鮮組 079-562-5531



### 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ひします）

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 あすなる

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。