

# ぴあサポート通信

R4.9.15

第6号

あすなる相談支援事業所 三田市三輪1丁目8番11号 ☎ 079-556-5075 npo.asunaro@honey.ocn.ne.jp http://npo-asunaro.org/

## 施設の紹介

本部を大池に置く特定非営利活動法人ひやしんす・安福ひとみ施設長にインタビューさせて頂きました。

### 〈ひやしんすの理念は?〉

障害のある人たちがこれからの社会・高齢化社会の担い手になって欲しい。社会の一員なのだということをメンバーみんなが認知できるようになれば嬉しい。

### ほっとステーションぽてと

Caféぽてと⇒地域に根差した小さな喫茶店です。地域の皆様と交流ができます。(写真右上)

スイーツ工房⇒モロゾフや地域のパティシエから教わった本格的スイーツは人気商品

### JOBステーションぽてと

ランチ工房⇒外出が困難な方にお弁当を配達します。お手伝いが必要な方にはおつかい等簡単なサービスを提供します。



Caféはあと⇒県立ひょうごこころの医療センター内にある喫茶店です。

まほたん⇒真星病院内の売店です

### 〈安福施設長のOFFの日〉

以前、『ぽてとかわら版』(ぽてとの新聞)に、【安福農園】の記事がありました。施設長は施設の近所にお住まいで、野菜・米も栽培されています。

「週一度の休日は、農園の草ひきで終わってしまうわね～」とおっしゃいます。

気持ちのおちつく居場所が、きっと自然の中で、思いやりの心もでてこられるのかもしれないです。いつか訪れてみたいです。(N)

### 〈ぽてとプチ情報〉

お給料日…時給制で行っています。それぞれの働き方に合った加算があります。

クラブ活動…カラオケ・絵画教室・書道・パステルアート・手芸・フィットネス・写真等

チャレぴあ…ひやしんすで行っているピアサポートグループです。Caféぽてとで卒業生の交流会などを行っています。

ぽてと定食…メンバーのお昼ご飯。安く食べられます。日替わりです。

Book Café & Hall ゆるっとぷらっと…『居場所』スペースです。

古本カフェ、趣味活動教室、学習スペースなどがあります。



障害者スマホ・パソコン相談室に行ってきました！

先日、三田で開催された、障害者スマホ・パソコン相談室に参加してきました。携帯会社の料金の割引や、障害者手帳アプリ(ミライロID)、apple watchなど普段の生活が便利でお得になる情報をたくさん教えてもらうことができました。

少人数での開催だったので、安心して気兼ねなく参加することができ楽しかったです。(S)



### ほっとスポット

今回は三田近場の温泉の紹介です。写真右は神戸市北区上津台にある湯治聚楽(とうじしゅうらく)、外湯の炭酸泉がおすすめです。写真下は三田にある寿の湯(もとは熊野の郷)。ここも炭酸泉があります。どちらも食事もいいのでお気に入りのスポットです。仕事帰りに立ち寄り一日の疲れをいやします。寿の湯は最近グランピングもできるようになりました。(F)



写真上;天然温泉・吟湯・湯治聚楽(とうじしゅうらく) 温泉のHPより

写真下;寿の湯(ことぶきのゆ)

### 雲外蒼天(うんがいそうてん)

「ちょうどいいさじ加減」でいると、楽に生きることができる。自分自身に多くを求めず、完璧にこだわらず、無理をしてがんばらず、ほどほどで良しとする。

時にはブレーキを掛けたり、方向転換したり、自分の気持ちに素直でいる。

自分に無理のないスタンスを保ちながら、「自然な自分」が「自由なところ」で生きるのがいいと思う。(N)

