あすなろ訪問看護ステーション

30度越えの気温が続いた中、10月に入り急に気温が下がり涼しくなったというより、寒くなりましたね。体調崩しておられませんか？　秋が短くすぐに冬がきそうですね。と思っただけでも三田の寒さがよみがえってきます。寒い寒い！！(^^ゞ　今年はインフルエンザの流行も早くから報告があり、先日はプール熱も流行しているとテレビで言ってました。コロナ禍でみんなのマスク生活が予防していたのでしょうか？最近はマスクを外すことが多くなったので、感染することも増えたのでしょうか？　とりあえず免疫力を付けるために、しっかり栄養を取り、睡眠や適度な運動などをして体力を付けてくださいね。

秋を見つけに！！

10月初めに秋を見つけに、氷上の清住までコスモスを見にドライブ。お天気も良く青空に迎えられ、駐車場から少し歩くと田んぼ１面ずつに色違いのコスモスが。周りの山に囲まれてピンクやオレンジのコスモスが綺麗でした。また柿や栗が気にぶら下がっていたり、ススキの穂が白く風に揺れていたりと、秋を満喫してきました。近くには、達身寺があり春にはカタクリの花が咲く群生地があります。10月に入りあの暑さを忘れるくらい涼しくなって秋の訪れを感じながらのドライブでした。

11月

特定非営利活動法人あすなろ　令和５年１１月１７４号

あ す な ろ 新 聞

『心のサポーター』研修に参加して

令和５年10月に心のサポーター(ここサポ)養成事業指導者養成研修を受講しました。令和３年度から各市町村が主体となり、養成研修をスタートしています。 共通研修と選択研修(各実施主体が決定する形)の二部構成でグループワークもありました。特別な資格はいらず、子どもから大人までが対象です。 精神障がいの有無や程度に関わらず、誰もが安心して自分らしく暮らすことができる地域社会にしていくために、2033年までに100万人到達が目標です。 正しい知識と理解は偏見や差別の解消となり、早期支援や早期治療にも繋がります。地域の助け合いや普及啓発(教育等)は欠かせないものです。 統計では5人に1人が心の病いを経験されていて、病院や相談所などに相談した方は3人に1人と少ない現状です。 家族や同僚等身近な人に対して、普段との違いに気づき相手の立場に立って声をかけ、耳を傾けることが初めの一歩となります。 まずは一人一人が関心を持ち、『心のサポーター』の検索からはじめてみませんか？　また、身近に心のサポーターが増えていくことで、優しい社会になることを期待しています。

精神保健福祉士　太田　勝将

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/

１０月　新鮮組　１１月の

今までピーマンや茄子を植えていたところを耕して、大根、人参を植えました。早く大きくなるといいのですが。ちなみに右の檻は、畑にアライグマか何か野生動物が穴をあけて出没しているらしく、罠を仕掛けています。これからできる野菜を食べられないといいのですが。

暑い日が続き豆ができるか心配していましたが、今年も無事収穫を迎えることができました。あすなろには沢山の予約のお電話もいただいて、うれしい悲鳴をでした。秋の味覚を堪能していただけたと思います。

お知らせ

『不安をのりこえて』の冊子が木口福祉財団の助成を受けてこの度再販することになりました。

ご希望の方はあすなろまでお問い合わせください。

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。

昨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

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