2024 謹賀新年

あすなろ訪問看護ステーション

あけましておめでとうございます。

昨年は暑い暑い一年でした。11月に入っても夏のような日が続き、紅葉がなかなかでした。朝夕の気温が下がっても日中暑かったりと体調管理も大変な年でした。コロナは少し落ち着いてきましたが、インフルエンザの流行がいつもより早く、感染者も増えてきているようです。コロナの時と同じ要領で、外出時のマスク、手洗い、うがいで予防することがいいそうですよ。これからいよいよ寒くなりますが、睡眠、栄養をしっかり取ってよい一年になりますように。本年もよろしくお願いいたします。

高知に行ってきました！！

昨年末に2泊3日で高知に行ってきました。前から高知に行きたいと思っていましたが、三田から高知は遠い！！ですが、やっと決行しました。　１日目高知につくなりやっぱり高知はカツオ！！という事でカツオ尽くしを食べに。その後近くにある『はりまや橋』へ。小さいとは聞いていましたが、本当に小さい。橋を渡るのに10歩もかからないです。（笑）『はりまや橋』を後にして、早速桂浜の坂本龍馬さんにご挨拶。銅像の横の櫓を上り龍馬さんの横顔はちょうど桂浜の浜に向いて立っておられました。当日はそのままホテルの方へ。夕食もカツオ。もうカツオはしばらくいらないと贅沢なことを思っていました。　2日目は昨年朝ドラでも有名になった牧野富太郎さんの生家や、酒蔵を散策しました。あと、この辺りは和紙の名産地で『いの町紙の博物館』を見学。帰り道うろうろしながらホテルに。　3日目、高知は毎日どこかで朝市をしているそうで早朝朝市に。ちょうど高知城の近くで、朝市を回り、高知城に行ってきました。彦根城もそうですが、高知城も階段が多い！！正門を入ってから天守閣までの遠かったこと。『ああしんど』と言いながらも天守閣まで。天守閣からは見晴らしがよく高知市内一望でした。その後今回楽しみにしていた『高知県立牧野植物園』へ。いろんな植物園がありますがこちらの植物園は入るときから森の入り口でした。自然のままの公園の中を歩いていくと細かい注釈があり『今花が咲いています』『今実がなっています』など一つ一つに札がついていてそれを見ながら花を探したり、実を探したりと何か探検しながらのわくわく植物園でした。植物園の中にはレストランが一件だけあり、其処でランチを済ませ帰りの途に就きました。楽しい3日間の高知旅行でした。

カツオ尽くし定食

はりまや橋

牧野富太郎生家

高知城

坂本龍馬像と桂浜。

チンチン電車も走ってました。

高知県立牧野植物園入り口

1月 January

特定非営利活動法人あすなろ　　令和６年１月１７６

あ す な ろ 新 聞

皆さんあけましておめでとうございます。

本年も1年どうぞよろしくお願いいたします。

昨年は特に夏の猛暑・酷暑の影響で、体調を崩される方も多く、また人体だけでなく農作物などの野菜への影響も大きくありました。

ただ私たちの生活は、物価高などの経済的な影響は大きくありつつも、日々の生活は淡々と営まれています、その中で日々の困りごとや先々への不安など、課題は色々と出て参ります。あすなろも15年目の年を迎え多くの方々と関わり一緒に歩んで参りました。当事者の方に寄り添い、教わりながら日々の業務を遂行しています。

訪問看護と相談支援、そして農業の新鮮組の体制はほぼ変わりませんが、今後ともどの分野においても、利用者の方とともに一緒に歩んでまいりたいと思っております。また昨年はピアサポーター養成研修を行い、そこを卒業したピアサポーターとともに協働して地域移行や地域啓発に励んでいきたいと思っております。引き続き皆さん方の温かいご支援とご協力をお願いしたいと思っております。今年1年よろしくお願いいたします。

特定非営利活動法人あすなろ　理事長　藤田行敏

こころの病家族教室講演会のお知らせ

統合失調症について～その症状と家族としての付き合い方について

・日　　時　：　令和6年1月20日（土）13：30～15：30
・会　　場　：　まちづくり協働センター（キッピーモール）6階多目的ホール
・講　　師　：　山西敏之先生（医療法人山西会　宝塚三田病院　院長）
・費　　用　：　無　料　　・　定員　：　150名
＊要申し込み　詳しくはあすなろホームページ、又はあすなろに御確認お願いします。

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　新鮮組　１月の

12月に入ると畑の作物も冬野菜になり、大根、蕪、人参などがあります。今年は暖かかったので、残っていたピーマン、万願寺トウガラシを収穫した後、畑の整地を行い次に向けての準備を行いました。また、今年は小豆の出来も良く、沢山収穫できました。空いている時間を使い小豆や黒豆の乾燥したものを選別したりして販売に向けて頑張っています。形の不揃いの大根は、小さく切り分けてすりおろし器で糸状にすりおろし、切干大根を作っています。大根が甘いので切干にしても甘くて美味しい煮つけができますよ。酢の物もOKです。寒い中でも新鮮組メンバーはいろいろ仕事をしています。今年一年も元気で畑仕事をして行けたらいいのになと思っています。
本年もよろしくお願いいたします。

畑の紅葉綺麗でした！！

黒枝豆を畑に干したり、干し柿を作ったりもしています。

切干大根を作っています。

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