

ほっとスマイル 4月号



発行所 社会福祉法人 翠睦福祉会
 障害者地域生活支援センター ほっと
 〒761-0443 高松市川島東町 1914 番地 1
 TEL (087)840-3770 FAX (087)840-3769
 メールアドレス hot3770@shirt.ocn.ne.jp
 障害福祉サービス事業所 かわしま
 〒761-0443 高松市川島東町 1914 番地 5
 TEL (087)848-3611 FAX(087)848-3779
 MAIL:suikawa3611@shirt.ocn.ne.jp
 H P: <http://suibokufukushikai.jimdo.com/>

■ □ お知らせ ■ □

ゴールデンウィークの「ほっと・かわしま」休館日について
平成31年4月27日(土)～平成31年5月6日(月)となっております。
 ほっとは、4月30日(火) 9:00～17:00 / 5月4日(土) 13:00～17:00は
 開所します。

✿ほっとプログラム✿

『ゲーム大会を開催します』

トランプやジェンガ等のゲームをしませんか？
 今回は、ピア相談員も参加します。お茶を飲みながら、盛り上がり
 ましょう！！

日時：平成31年4月10日(水) 13:30～
 場所：ほっと交流室
 ドリンクを用意します。



ピア相談

日時：平成31年4月17日(水)

1) 13:40～14:10

2) 14:35～15:05

(相談人数は、1日2名まで。

相談時間は、一人30分です。)

場所：ほっと相談室

相談は予約制となりますので
 ほっとまでご連絡下さい。
 予約の際、受付表を記入して頂き
 ますのでよろしくお願いいたします。

✿ほっとプログラム✿

『親子丼を作ろう』

メニュー：親子丼・味噌汁

日時：平成31年4月12日(金)10:45～

費用：380円

申し込み〆切・キャンセルは
 4月9(火)です。





□ ■ 活動報告 □ ■

大好評 ほっと ピア相談



ほっとでは、昨年9月よりピア相談を行っています。回数を重ねるごとに、ピア相談に興味を持たれる方が増えてきているように感じます。また、ピア相談を利用後、2回目を希望される方もおられます。

今回、ピア相談を利用された方の感想やピア相談員からのコメントを掲載させて頂きます。ピア相談に興味がある方は、ぜひ参考に見ていただければ幸いです。

【ピア相談を利用された方々の感想】

ピア相談で参考になったことがあり、とても良かったです。

自身の話をしたり、相手の話を聞いてみてやっぱり病気に対して納得するのに10年以上かかったというお互いの話があったり、仕事をしていた時の話をして相談時間の30分を超えてしまいました。また、次の機会に話がしてみたいです。

私はピア相談を受けて良かったです。お薬の事や病気の事について聞くことができました。とても話やすく、丁寧に教えて頂いて良かったです。また分からない事があれば聞きたいです。

1回目はピアサポーターについて、2回目は資格についての相談をしました。最初はPSWじゃないからの確かな答えは返ってこないだろうと高を括っていたのですが、いざ相談してみると僕の予想をはるかに超える内容の返答にビックリ。すっかりリピーターになってしまいました。具体的にはこの紙面では書ききれないので割合させてもらいますが、何か相談があって、PSWとは違う当事者目線や体験をバックボーンにした回答に少し興味を持っているあなた、是非ピアカウンセリングをお勧めします。きっとモヤモヤしているその心のわだかまり、夏の青空のようにカラッと晴れると思います。〈P.N ムロツヨシになりたい男〉

【ピア相談員から】

私は、就労継続支援A型で週3日の就労をしながら、家事、育児、ピアサポーター活動に邁進しています。平成28年度に初めて香川県の研修を受け、ピアサポーターとは何かを学び、活動を続けていく中で、人のためにも、自分のためにも、社会のためにもなるピアサポーター活動に魅せられ続け、4年目になりました。平成30年9月からのほっとでのピア相談では、1人30分という限られた時間ではありますが、お話をうかがった皆様からは、私は相談を受ける立場ではありますが、たくさんの勇気や活力を頂きました。相談を頂いた皆様にも、一緒にお話をしたことにより、良い変化が起こっていれば嬉しく思います。

今後とも、皆様には、ピア相談をより一層ご活用いただき、同じような障がいを持つ仲間だからこそ分かり合える時間を、共有させていただければと思っています。

どうぞよろしく願いいたします。

『おへんろの駅 こくぶにいつてきました』

3月の外出プログラムは、『おへんろの駅 こくぶ』にいつてきました。お野菜をたくさん使ったお料理でとても美味しかったです。

【参加者からの感想】

- おへんろの駅こくぶは、障がいをもたれた方が働いているお店で、メニューは肉の日替わりランチと魚の日替わりランチがあり、僕は魚の日替わりランチを食べました。とても美味しかったです。国分寺山門では、本堂と弁財天に15円ずつお賽銭を入れて、その本尊に書いてあった真言を唱えました。また、行きたいパワースポットです。
- おへんろの駅こくぶにいつて、ハマチの三杯を食べてきました。雰囲気も良く、とても美味しかったです。ありがとうございます。
- おへんろの駅こくぶにいつて野菜の肉巻きを食べました。天気も良く、とても良かったです。ありがとうございます。



■ □ 投稿 ■ □

『希望』

〈マーキュリー〉

私の心深くあるオメガの瞳をもって彼女にレターを書こう。全ての苦しみや悲しみの種々の苦渋を取り去るように願って、私はオメガの心を持って彼女を眺めよう。熱い愛染の涙をもって救われるような、そして曇った心の中のおりをすべて流してしまうような、一条の希望溢れる光を与えたい。

『思い出』

〈旅に出た黒猫〉

母の信仰する団体の研修を受けて私は変わりました。3年程度続けた日雇いの仕事を辞めて正職につきました。A運送です。

ところが1ヶ月も過ぎた頃、父が急死するという悲報が入り、私は再び動揺し、パニックに陥りました。父は心筋梗塞で亡くなったそうです。それを考えると何故か私の心臓が痛むのです。青森に帰る間中、そして、その後も痛みは続きました。お葬式が終わっても痛みは取れず、もう死ぬのかと思いました。原因はわかりません。医者には行きませんでした、そんなことがありました。

さて、兄は大学を卒業して青森県内の高校に教師として就職が決まっていたましたが、実家からは通えない遠い所に学校はありました。弟はまだ大学生で仙台に居ましたし、結局母が一人暮らしになるということで、急遽私が弘前へ帰ることに決まりました。私はA運送を辞めて、青森へと再び帰ることになりました。21才になっていました。

短編小説 ～蟻地獄～ 第24回

〈P.N. しらすくじら〉

「瞳、今どこ？」
少し焦りながら質問する。
「噴水のところだけ」
「信号に向かって歩いてきて」
噴水前の輪の中から凄く大人びた女性が、ゆっくりと近づいてくる。ネイビーのリボンベルト付ワンピース、水色のパンプス、プラダのバック。

目の前に来るまで瞳と認識できなかった。瞳と会うのはいつもかなり薄暗い店で、服も店から支給されたドレスばかり。瞳がこんなに大人っぽいとは想像もしてなかった。横切る男達が瞳を見て振り返る。良太は助手席のドアを開け瞳をエスコートする。シートベルトを装着するのを確認して発進する。室内には林部智史の「あいたい」が流れている。

次号につづく...

地域生活支援センターほっと カレンダー



2019年 4 月

日	月	火	水	木	金	土
	1 ラジオ体操 10:00	2 ラジオ体操 10:00 散歩 13:30	3 ラジオ体操 10:00	4 ラジオ体操 10:00 ヨガ 11:00 カラオケ	5 ラジオ体操 10:00 企画会議 13:00～ トランプ	6 カラオケ 卓球
7	8 ラジオ体操 10:00	9 ラジオ体操 10:00	10 ラジオ体操 10:00 ☆ほっとプログラム☆ ゲーム大会 13:30～15:30	11 ラジオ体操 10:00 ヨガ 11:00 カラオケ	12 ラジオ体操 10:00 ☆調理プログラム☆ 「親子井づくり」 10:45～	13
14	15 ラジオ体操 10:00	16 ラジオ体操 10:00 書道 13:30	17 ラジオ体操 10:00 ☆ピア相談☆ 13:30～15:30	18 ラジオ体操 10:00 ヨガ 11:00 カラオケ	19 ラジオ体操 10:00 心の健康展 作品作り	20 カラオケ 卓球
21	22 ラジオ体操 10:00 心の健康展 作品作り	23 ラジオ体操 10:00	24 ラジオ体操 10:00	25 ラジオ体操 10:00 ヨガ 11:00 カラオケ	26 ラジオ体操 10:00 心の健康展 作品作り	27
28	29	30 ラジオ体操 10:00	<利用できる時間> 月～金 9:00～17:00 第1・3・5土13:00～17:00 (祝日と重なった場合は開館します) 第2・第4土曜日・日曜・祝日は休館			

☆印のあるものは予約制です。

車を使って外出する場合は、参加費 100 円が必要になります。

また、外出プログラムについては、3 人以上の参加で実施とします。人数が集まらない場合は、別のプログラムに変更させていただきます。

※土曜日のカラオケは複数の希望者がいる場合に実施します。

プログラムは変更になる可能性もありますので、事前に確認をお願いします。

【編集後記】

桜の季節がやってきました。気分を変えて散歩でも行ってみようと思います。

ほっとに来た際は、一緒にゆっくりと散歩をしませんか？

<スタッフが出席した会議>

<ほっと・かわしま>

- 2月26日 第22回基幹中核・地域拠点合同会議<高橋>
- 2月28日 第4回香川県自立支援協議会(地域移行部会)<遠藤>
高松圏域自立支援協議会(精神保健福祉部会GSV)<遠藤・福本>
- 3月1日 第23回塩江地区地域福祉ネットワーク会議<高橋>
- 3月12日 第23回基幹中核・地域拠点合同会議<高橋>
- 3月13日 第2回香川県自立支援協議会(部会連携会議)<遠藤>
高松圏域自立支援協議会(就労支援部会)<野方>
- 3月14日 高松圏域自立支援協議会虐待防止研修事例分析検討会<高橋・福本>
高松圏域自立支援協議会(相談支援事業所部会)<高橋・福本>
平成30年度指定障害福祉サービス事業者集団指導<東川>
- 3月15日 高松圏域自立支援協議会(精神保健福祉部会)<遠藤>
第12回地域移行・地域定着推進連絡会議<遠藤>
- 3月18日～19日 平成30年度香川県演習指導及び現場おSvを活性化するためのファシリテーションの理解と実践<遠藤・高橋>

