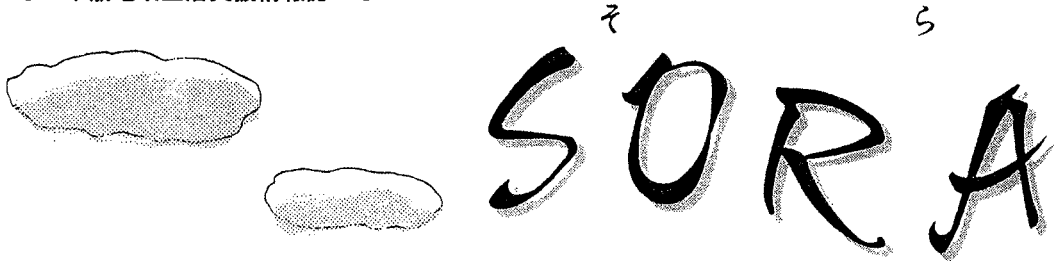


● 千歳地域生活支援情報誌 ●



《発行》 社会福祉法人 せらび 千歳地域生活支援センター
〒066-0041 千歳市清水町4丁目15番1号 TEL (0123) 40-6323

※千歳地域生活支援センターでは地域で暮らす精神障害者を対象に日常生活支援(相談や情報提供等)をはじめ、仲間同士の交流等を行ない、当事者にとってより暮らしやすい生活が出来るよう支援しています。

平成21年度事業報告

平成21年度事業実績のご報告です。現在、当センターでは大きく分けて、以下の3つの事業を行っています。それぞれについての主な内容をご報告します。

◆相談支援事業

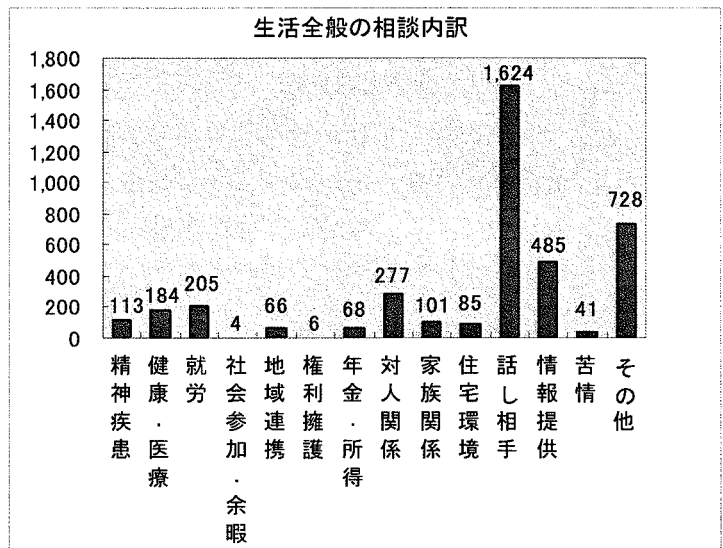
相談件数は千歳市の方からが3,492件、千歳市以外の方からが984件ありました。相談内容種別では、①生活全般 3,987件、②施設等サービス利用 390件、③制度利用 87件でした。そのうち①の内訳は右のグラフのようになっています。

◆地域活動支援センター（延人数）

憩いの場の利用は3,230人、食事サービスは1,180人、入浴サービスは519人でした。レクリエーションでは、皆さんからも利用者ミーティング等で“お金をあまりかけずに楽しめること”のアイデアを出してもらい、福祉バスで旭川の旭山動物園に行ったりもしました。

◆精神障がい者地域生活支援事業

前年度から継続の方を含めて、3名の対象者を支援しました。1名の方は地域で安定して生活をされており、この事業としての支援は終了しています。2名の方は引き続き退院に向けた支援をピアサポーターとともにしています。また、より多くの方にこの事業を理解してもらうための啓発活動等も行っています。（ピアサポーターの活動については、『SORA』の中でも随時ご報告させていただいています）



センター近況報告

歩くスキー

2月24日に青葉公園で歩くスキーをしました。初めてということで1,9キロのコースを回りましたが、上手な方はスイスイ行くのになかなか進まない…。しかし途中から慣れ、森林に囲まれた周りの景色を見る余裕も出てきて、気持ちよく歩き切ることが出来ました。中には「もう絶対やらない！」なんて宣言している方もいましたが、良い経験となったのではないのでしょうか。ぜひ来年もやりましょう！



ボウリング

3月24日にスタッフ含め7名でボウリングを行いました。センターでは久しぶりのボウリングレクだったので張り切って(?)出発！2レーンに分かれて2ゲーム行ったのですが、皆さん上手でストライク・スペアの連発！ハイタッチをしたり、「もっとこうしたらいいよ」なんてアドバイスもありながら、大盛り上がりでした。案の定、翌日はあちこちが筋肉痛…。普段見ることの出来ない新たな一面も発見出来た、楽しいひと時でした。



利用者ミーティング

4月のミーティングで今年度の主な行事予定について話し合いました。今年も盛りだくさんになりそうです♪各月のミーティングでもレク企画募集しています。4・5月のレクの詳細は次項をご覧ください。

4月…ランチ

6月…バーベキュー

8月…盆踊り

10月…7周年

1月…初詣

5月…日帰り温泉

7月…カラオケ

9月…千歳神社祭

11月…市内見学

新スタッフ紹介

3月1日からセンターで働かせていただくことになりました、わたなべ あゆみ 渡邊 亜由美です。

今は札幌に住んでいて、千歳はほぼ初めての土地なので、わからないことだらけですが、少しずつ覚えていこうと思います！良かったら教えてもらえると助かります。これといった趣味は無いのですが、ウィンドウショッピングは好きで、特に雑貨屋さんには時間を忘れて居すわります。

私は、右も左も上も下もわからない、全くの新人ですが、少しでも皆さんのお力になれるようがんばっていきたいと思っています。まだまだ、未熟な私ではありますが、どうぞよろしくお願いいたします。





ホワイトの会



～普段思っていることを気軽に話してみませんか～

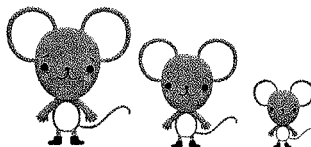
ホワイトの会では当事者同士が障がいを持っていることでの悩みや日頃思っていることなどを自由な形で話し合っています。2月は人数が集まらなかったため中止となりましたので、今回は、3月に行なった内容をご報告します。



3月29日 テーマ：障がい名・病名に対する偏見について

最近では障がい種別関係なく利用出来る所が増え、様々な障がいを持った方と接する機会が増えました。そんな中同じ仲間でも障がい名や病名によって偏見があるのではないかということ、今回は障がいを持った方同士の偏見をテーマに話し合いました。すると、「健常者の時期があるので精神障がいは他障がいより上」「入院経験があったり、保護室に入った経験のある人の方が偉い」「重いと言われる障がいを持った人の方が威張れる」との話はメンバーさん同士ではよくあるということを知り、驚きました。経験の違いからアドバイスをし合うことはとても良いことですが、上下関係ではなく、お互い尊重し合える関係作りが出来たらいいですね。

今回はテーマを設けずに、自由に話し合います。ぜひ参加してください☆



温泉へ行こう！



日程：5月12日(水) 9:15～16:00

ランチ+入浴のついた「日帰りバスプラン」を利用して、「ユニの湯」に行きます！お肌がスベスベになるそうですよ！参加費は1,000円です。参加される方は5/10までにスタッフにお知らせ下さい。

ランチレク

日程：4月21日(水) 11:30～

センター近くのホテルで500円でランチが食べられるとの情報をいただいたので、皆で行って参りましょう！ランチ代は自己負担です。



千歳地域生活支援センター 予定表



おれんじの会 (パソコンサークル)

※ 予約制ですので事前にお問合せ下さい。
新規の方は人数の関係上調整が必要となりますので、早めにお知らせください。
毎週 火曜日 13:30～14:30
毎週 木曜日 15:30～16:30

レッツスポーツ (卓球・バドミントン・ミニバレー)

○参加される方は事前にお申込み下さい。
4月15日(木)、28日(水) 日時変更してます。
5月19日(水)、26日(水) 15:30～17:00
※ 15:30に千歳市スポーツセンター集合
当センターからスポーツセンターまで車で送迎あり

ホワイトの会

○参加される方は当日14:30までにお申込み下さい。
○会費100円(お茶菓子代)
4月26日(月) 毎月最終月曜日
5月31日(月) 15:30～17:00

利用者ミーティング

○申込みの必要はありません。
5月7日(金) 毎月第一金曜日
6月4日(金) 16:00～17:00

千歳地域生活支援センター
TEL 0123-40-6323

参加してね！





社会資源紹介コーナー



就労移行支援事業所 就労支援センター

おむ・ねっと
Om-net

今回は、今年の3月にオープンしたばかりの就労支援センターOm-net(おむ・ねっと)についてご紹介したいと思います。4月1日にSORAの取材も兼ねてメンバーと一緒に見学に行ってきました。



おむ・ねっと
Om-netは空き店舗を改装した造りになっており、千歳駅から歩いて7分程の所にあります。センター内はバリアフリーが施され、とてもきれいで明るい所でした。

おむ・ねっと
Om-netでは障がいを持っている方が就労を希望する際に、必要な技能を習得するためのお手伝いをしてくれます。具体的には、“一般就労に有利となる技能習得を”ということで、特にIT関連の事業を中心に力を入れており、wordやExcelの基本的なことから始め、将来的には請け負いの仕事をしていくそうです。スタッフがフォローに入ってくれるのでパソコンが初めての方でも、もちろん大丈夫です。仕事に来る感覚でOm-netに来て欲しいという考えから、訓練の段階であっても工賃をもらえたり、タイムカードを自分で管理するなど、就労に向けた環境が整っているように感じました。

他にも今後、ヘルパー等の資格取得のためにボランティアの派遣や講習を受ける際のお手伝いをしていくそうで、就労に向けて様々なバックアップを行ってくれます。



作業風景

おむ・ねっと
一緒に見学に行ったメンバーからは次々に質問が飛び交い、Om-netへの関心の高さがうかがえました!! スタッフも明るくて、温かい方々ばかりです。興味のある方は一度、お問い合わせの上、見学に行かれてみてはいかがでしょうか(^O^)/

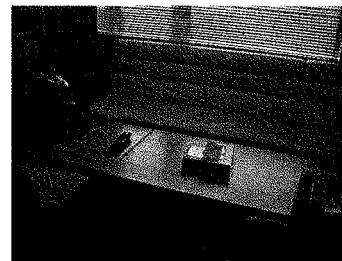
就労支援センター おむ・ねっと
Om-net

〒066-0027

北海道千歳市末広4丁目1番13号

TEL 0123-25-6539

FAX 0123-25-6613



休憩室

♪就労移行支援事業♪

一般就労などを希望する65歳未満の障がいを持った方が対象で、期間は原則2年。就労に必要な知識・能力の向上、実習、職場探し等の支援を行い、適正にあった職場への就労につなげていきます。



ピアサポーター活動記



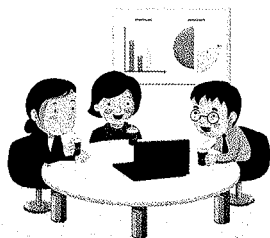
ピアサポーターとは精神障がい者地域生活支援事業を利用して精神科病院の退院を目指す方に対して仕事として外出支援などを行なう回復者の方のことです。



『ピアサポーター定例会報告』



今年の1月より、月に1度ピアサポーター定例会を行っています。ピアサポーターの資質向上のために、日ごろの支援状況報告や意見交換を通して、自らの支援内容を振り返ります。他の人の意見を聞くことで、自分が気づかなかった方法を知ることが出来、次の支援に生かしています。



また、当事業を病院や地域の方々に広く知ってもらうための事業啓発についても話し合っています。病院の研修会の時間をお借りして開催する説明会の準備や、地域生活移行支援協議会（事業の進み具合、事業効果の評価を地域の機関が集まり協議しています。）においてピアサポーターの実践報告をどのように発表するのが良いか検討しています。

ピアサポーター支援報告

- ・ ご本人さんと一緒にバス乗車と体力づくりを兼ねて、少し遠めのお店まで歩きました。近頃は天気も良くお散歩も気持ちの良い季節になりました。ご本人さんの体力ももちろんのこと、私たちの体力もついてきています！



- ・ 携帯電話を購入し、使い方を練習しました。新しい機種は機能がたくさんあり、教える方も四苦八苦です。ボタン操作も慣れないうちはこんなに大変だったんだなあと思いました。



ひきこもり青年・家族交流会

日時【青年】5月11日(火) 時間 13:30~15:00
6月8日(火)

【家族】5月11日(火) (2ヶ月に1回奇数月)

場所 千歳保健所

対象 ひきこもりの問題を抱えている方、ご家族

※ 参加につきましては開催日の前日までに千歳保健所(TEL0123-23-3175)まで電話でお申込み下さい。

こころの健康相談

日時/場所

4月 21日(水)/千歳保健所

5月 12日(水)/恵庭市保健センター

※前日までに予約が必要です。
お問い合わせは、千歳保健所
(TEL 0123-23-3175)まで。



