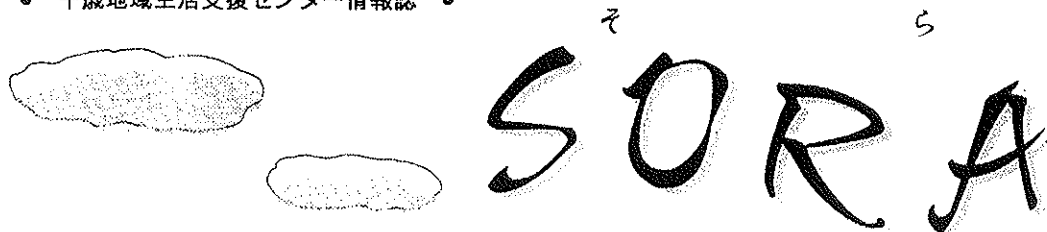


- 千歳地域生活支援センター情報誌 ●



《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がい者を主な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25年度事業報告



現在、当センターの事業内容は大きく分けると、以下の3つになります。
それぞれについて実績をまとめましたので、主な内容をご報告いたします。

◆相談支援

相談件数は、延べ 5,811 件ありました(千歳市の方～4,379 件、千歳市以外の方～1,432 件)。相談形態は“電話”が約8割と、例年通り1番多かったですが、“訪問”や“同行支援”が前年度の約2倍に増えました。

また、障がい福祉サービスを利用する際の“サービス等利用計画の作成”が 67 件、サービス利用開始後の状況確認や調整など(モニタリング)が 210 件でした。



◆地域活動支援センター(場の提供や生活支援など:延人数)

憩いの場の利用は 2,910 人、食事サービスは 1,158 人、入浴サービスは 1,028 人で、前年度と同じくらいの利用がありました。憩いの場では土曜午後に人が集まれば麻雀をするのが定着しつつあります。



また、センター10周年の記念文集を作成して、皆さんがそれぞれセンターを利用するようになったきっかけや、現在どのように活用しているかなどをあらためて知ることが出来ました。今後必要な方にセンターを活用してもらえるように、いろいろ工夫していきたいと思います。

◆精神科病院に長期入院している方の退院支援

北海道から委託を受け、長期入院している方が安心して退院できるように、研修などの啓発活動や地域の支援体制作りを行っています。精神障がい回復者であるピアサポーター3名も一緒にアイデアを出し、活動してもらいました。

実際の支援部分は個別給付(障がい福祉サービスの一つ)の『地域移行支援』『地域定着支援』になりますが、長期入院となっていた4名の方を支援して、3名が退院されました。

※ピアサポーターの活動については、この情報誌『SORA』の中でも毎回報告しています。





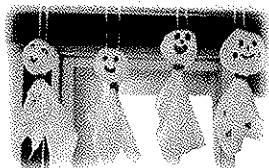
センター近況報告



●花見ウォーキング●

雨は降らないか？桜は咲いているか？と実施前は心配事がたくさんありましたが、前日に「てるてる坊主」を

つくったおかげで、
雨予報は変更となり、
ひとまずウォーキング



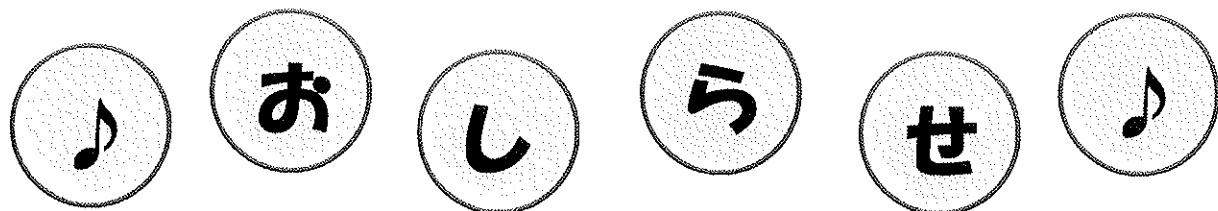
の実施は可能に。続いて、桜の方はというと、今年は開花が早かったこともあり、センター周辺はすでに散っている状態でしたが、歩き進めていくと満開を迎えている大きな桜がすぐ目の前に！途中でうぐいすの鳴き声も聞こえてくるようになり、情緒あふれるウォーキングとなりました。

●千歳スポーツセンター見学●

4月にリニューアルオープンしたため、みんなで見学に行ってきました！全面バリアフリー化とウォーキングコースの新設でより使いやすい施設になっており、「おお～！」「明るい！」と声を上げながら、新しくなった部分を一つ一つ確認して回りました。

●ボウリング●

センターとしては久々に実施したボウリング。ボウリング世代の男性の方が多く参加され、会話は多く交わらず、黙々と投げ合っていたのが印象的でした。



バーベキュー



今年もやいます！BBQ～！

日時／7月8日(火)

11:30～14:00

場所／青葉公園ピクニック広場

集合／現地集合 11:30

※当センターから道案内も行います。

その場合は11:00センター集合。

参加費／一人400円

※センター集合の方は徒歩移動。

小雨決行。



バスレク



昨年好評だったレクをもう一度！

福祉バスを借りて、日帰り旅行に出掛けます！今年は、8月に小樽方面に行くことを計画中。

詳細は6月6日に実施する、利用者ミーティングで決定しますので、興味のある方は上記日程以降にお問い合わせください♪もちろん、ミーティングへの参加もお待ちしています！



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集まり、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話し合っています。今回は3月、4月に行った内容をご報告します。

3月24日 3月は年度末ということもあり、仕切り直しの機会として、ホワイトの会について話し合いました。より有意義なものにするためには、「目的をもって参加する」「参加者を増やしてより多くの意見を聞ける場にする」との意見が出て、ホワイトの会の活動を知ってもらうためのアイデアを出し合いました。

4月28日 「話が止まらなくなる時がある。どうしたらよいか？」という悩みに対して、「自分が打ち込めることを見つけ、それに集中する」といった意見が出ました。それぞれが打ち込める内容を出し合って、参考にしてもらいました。



ホワイトの会では参加者を募集しています。
現在は少人数で行っておりますので、
初めての方もお気軽にご参加ください♪



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）

※予約制ですので前日までに申し込み下さい。
下記時間内で最長1時間の利用です。利用者が
多数いる場合は、調整させていただきます。

毎週 木曜日 13:30～15:30

レッツスポーツ（卓球・バドミントン）

○参加される方は前日までに申し込み下さい。

6月11日(水) 毎月第2水曜日
7月9日(水) 13:30～15:00

※13:30に千歳市スポーツセンターに集合。
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
お申し込み下さい。

○会費100円（お茶菓子代）

6月30日(月) 毎月最終月曜日
7月28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。

6月6日(金) 毎月第1金曜日
7月11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！



ひきこもり青年・家族交流会

日時 【青年】 休止中
【家族】 8月26日(火)

場所 千歳保健所

対象 ひきこもりの問題を抱えている方のご家族

※ 参加につきましては
千歳保健所(TEL0123-23-3175)まで
電話でお申し込み下さい。

こころの健康相談

日時／場所

6月11日(水) 北広島市福祉センター
7月8日(火) 千歳保健所

※前日の午前中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。



社会資源紹介コーナー



就労継続支援A型事業所 ひまわりの会

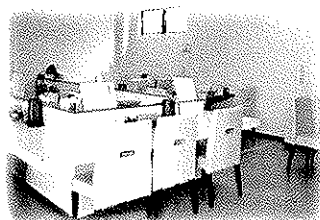


今回は3月にオープンしたばかりの『就労継続支援A型事業所ひまわりの会』に取材に行ってきました！

ひまわりの会では「CURRY NO CHIKARA（カレーのちから）」という、カレー専門店を運営しており、仕事内容はそこでの調理や掃除、接客などになります。

仕事は利用する方に合った内容で相談して決めていくとのこと、現在働いている方は店内清掃や洗い物、事務仕事などをしているそうです。働く日数や時間にも応じられるとのこと、段階的に働く時間を増やしていければとお話がありました。現在は最長で週5日4時間勤務の方がいるそうです。力のある方にはどんどん働いてほしいと話されていました(*^_^*)シフト制で働く時間も選べます。お店が開店している時間とは関係なく、朝は9時半から夜は19時までの間でシフトを組んで働いてもらうとのことでした。夕方からの勤務も可能です。

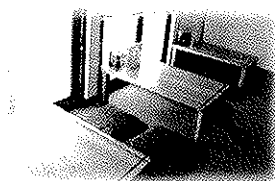
スタッフの方からは「まずはお客さんとして足を運んでもらい、お店の雰囲気を知ってほしい」と話がありました。「アットホームな雰囲気の中でやっているの、安心して一歩踏み出してほしい」とも話されていましたよ♪



店内にはカウンター席、テーブル席の他、小上がりもあります。



チキンカレー
580円



もちろんカレーも美味しく、一緒に取材に行ったメンバーからも大好評でした！！

問い合わせ先 「ひまわりの会」

住 所／千歳市梅ヶ丘2丁目3-24

TEL／0123-21-8367

※店舗の電話番号とは異なりますのでご注意ください。

♪就労継続支援A型事業♪

障がい福祉サービスの一つ。一般企業での就労が困難な方を対象に、雇用契約（＝最低賃金を保障）に基づいて、就労の機会を提供し、就労に必要な知識・能力の向上を図る。また、就労準備が整った方には、一般就労への移行に向けた支援を行う。



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う回復者の方の事です。

定例会報告！

～3月～

無事退院された対象者さんへの支援について、また平成 25 年度の活動についての振り返りをおこないました。活動の振り返りではピアサポーターから研修で教わったという「あ・た・ま」、すなわち「あかるく・たのしく・まえむきに」を大事にしていきたいという意見がありました。

来年度も「あ・た・ま」で頑張っていきたいですね！！



～4月～

最初にピアサポーターの委嘱状の交付があり、「気が引き締まった」との頼もしいコメントも！

その後は今年度の活動内容について話し合いました。特に関係機関や入院患者さんにピアサポーターの活動をどのように伝えていったらいいかなど、意見を出し合いました。早速、支援や自分自身のことについてプレゼンテーションをする練習もおこない、ピアサポーターからは「対象者さんが何か書類に記載する際は自分で出来るように最初に見本を書いてあげたりもする」「自分も昔入院し、退院後は作業所に通ってリハビリに取り組んで今はピアサポーターの仕事をしている」など、支援方法について紹介したり、自分がこれまで病気とどのように向き合ってきたかについてなどの話を聞くことができました。

終了後はさすがに「緊張した・・・」とお疲れ気味でしたが、ピアサポーター各々の個性や想いを確認することができました。



新年度 1 回目から少々？濃い内容でしたが、ピアサポーターからは「新たな気持ちでまた頑張りたい」との意見もあり、上々のスタートをきることができました！

