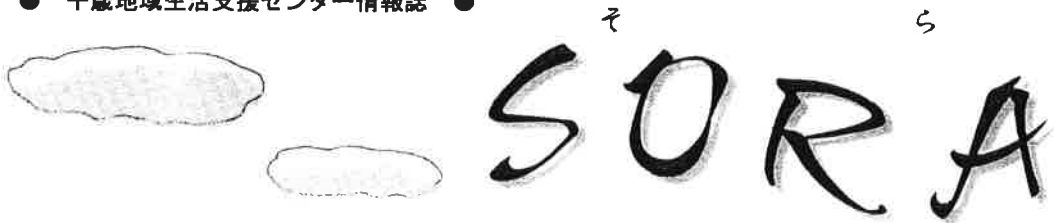


● 千歳地域生活支援センター情報誌 ●



《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し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27年度事業報告 ✿

平成27年度は大きく分けて以下の3つの事業を行いました。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。

◆相談支援事業

相談件数は、延べ5,002件ありました(千歳市の方~3,947件、千歳市以外の方~1,055件)。相談形態は例年通り電話が一番多いですが、訪問や同行も増えてきています。相談者の65%はご本人からでした。



相談内容種別では、①生活全般4,600件、②施設等サービス利用2,964件、

③制度利用259件でした。①生活全般の相談内訳では、『精神疾患に関すること』が22%で一番多く、『対人関係』『家族関係』『話し相手』が、それぞれ10%台で多い項目でした。また、②施設等サービス利用相談は年々割合が増えつつあり、中でも『通所系サービス』についての相談が多くありました。



◆地域活動支援センター(延人数)

憩いの場の利用は2,884人、食事サービスは801人、入浴サービスは804人でした。カルチャークラブのスポーツや茶話会は新しく参加されるようになった方もいて、2倍近くに増えました。レクリエーションでは、カラオケやバーベキューなど恒例行事の他、空港見学や福祉バスを利用して旭川の旭山動物園にも行きました。



◆精神障がい者地域生活支援事業

年度前半に苫小牧のピアにも協力を得て、病院でのピアサポーター説明会をしています。また、あらためてこの事業を理解してもらうための研修を行いました。退院に向けた支援は2名の対象者が出て、同行支援や障がい福祉サービスの体験利用など行っています。

*ピアサポーターの活動については、“ピアサポーター活動記”として、随時このSORAの中でも紹介しています。

センター近況報告

お花見ウォーキング

【5月12日】

センターでお花見ウォーキングを開催しました。
総距離6.24km、総歩数8393歩、総勢11名
で歩いてきました！千歳川沿いからママ千川沿いの
遊歩道でウォーキングを行い、参加者のみなさんも
「普段歩かない場所を歩くことができて良かった」と
言ってくれていました！来年の開催時もみなさんは是非ご参加ください！！



ボウリング&カラオケ

【6月15日】



6月のレッツスポーツはボウリングを行いました。センターで行う
のは久しぶりとあって、ボウリング好き5名が集まりました。始めこそ
ガーターも出ていましたが、段々と調子を上げ、全員ストライクを
達成！ハイタッチをして、おおいに盛り上がりました。

【6月23日】



テザートフランを利用してカラオケを行いました。まるで自分の曲の
ように上手な方、歌の中のセリフ部分まで完璧な方もおり、見事な
歌いっぷりでした。歌うのはもちろんですが、「色々な歌が聞けて楽し
かった」との感想が聞かれ、行事ならではの醍醐味も感じたようでした。

～今後の予定～

今年も開催！バーベキュー！！

7月8日（金）にバーベキューを青葉公園ピクニック広場にて行うこ
とが決定しました。屋根付きの場所なので小雨決行です。参加費や集合
時間など、詳細はお気軽にお問い合わせください♪

年間行事が決定！

今年度の始めに年間行事について利用者ミーティングで話し合い、秋
には恒例となりつつあるバスレク、冬には忘年会（またはクリスマス会）
や百人一首大会を行っていくことになりました。

具体的な内容が決まり次第順次お伝えしていきますので、センター内
の掲示板や情報誌をチェックしてください☆



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・5月に行った内容をご報告します。

3月28日(月)開催

「ひとりポツンとなってしまうのが恐くてセンターの行事になかなか参加できない」と参加者の一人から話があり、他の参加者へ向けて「どのようにして雰囲気慣れていったか？」と質問がありました。「食事サービスを利用しながらスタッフや他の利用者にも慣れていった」や「自分も慣れるのには時間が掛かった。今でも初めて行く場所は不安」など、同じように時間が掛かったことや初めてのこと・場所に対する不安は継続してあるとの回答がありました。それを受けて「皆さんのようになるまでには時間が掛かると思うが、焦ることなく気軽にいきたい」と決意を新たにしていました。

4月25日(月)開催

参加者の一人から「最近、自分がついた嘘のせいで友人との関係が悪化してしまった」と話があり、始めは嘘で得したこと・損したことという内容で話が展開していたのですが、次第に悪化してしまった友人関係が話題の中心になっていきました。「謝っても関係修復には至らないと思う」と本人から話があると、「今度はそうならないように教訓にしていけばいい」と励ましの声があがっていました。

5月30日(月)開催

今回、参加したメンバーからはこの場で話したい話題が特に出ず、フリートークとなりました。「ゴールデンウィークの過ごし方」や「食べ物の好き嫌い」「体調管理」「好きな音楽」などについて、ざっくばらんに話しました。

.....



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

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)

6月27日(月) 毎月最終月曜日

7月25日(月) 15:30～17:00

レッツスポーツ

○前月または当月の利用者ミーティングで内容や開催日
を決定しています。詳細はお問い合わせください。

月1回開催(開催場所・日時未定)

利用者ミーティング

○申込みの必要はありません。

7月1日(金)

8月5日(金)

毎月第1金曜日

16:00～17:00

参加し
てね!



千歳地域生活支援センター

TEL 0123-40-6323

ひきこもり青年・家族交流会

日時 [青年] 休止中

[家族] 8月23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
電話でお申込み下さい。

こころの健康相談

日時/場所

7月5日(火) 千歳保健所

8月5日(金) 恵庭市保健センター

※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 B 型事業所

『ワークサポート・サンスマイル』



今回は特定非営利法人コラボ・ネットワークが北広島市輪厚で運営している就労継続支援 B 型事業所「ワークサポート・サンスマイル」(通称: サンスマイル)のご紹介をします。

サンスマイルは平成 25 年 5 月の開設以来、事業所内での封筒づくりや農作物の袋詰めなどの軽作業の他、障がい者や高齢者を雇用する農業のスタイル“農福連携”の考えを支援に反映させており、利用者が近隣の農家に実習として赴いて草取りや収穫、施肥などの農作業全般に取り組んできました。将来的には実習に取り組んでいる利用者が農家で従業員として採用されることを目標としているそうです。



また「くらし応援サービス」として、低価格で高齢者の方の自宅を訪問してハンドケアなどのサービスを実施している他、冬期間は雪かきなども引き受けています。スタッフ曰く「外に出ていく就労支援」「人との付き合いを通した社会復帰」を理念とした支援を心がけていると話されていました。作業時間は平日 9:30～15:45 までとなっており、希望者は送迎サービスも利用出来て現在は北広島以外にも恵庭や札幌から通所されている方もいるそうです。

北広島で地元の農産物などを通じて「人」との交流を大切にしながら仕事に取り組むサンスマイル、興味のある方は一度見学されてはどうでしょうか？



就労継続支援 B 型事業所「サンスマイル」

住所：北広島市輪厚中央 5 丁目 4 番地 10

TEL：(011)377-7736

ホームページ

<http://sunsmile.jpn.com/>



サンスマイル
の皆さん、ご協力
ありがとうございました！

就労継続支援 B 型事業とは？

通常の事業所に雇用されることが困難な就労経験のある障がいのある方に対し、生産活動などの機会の提供、知識および能力の向上のために必要な訓練などを行うサービスです。就労に必要な知識や能力を高めて、一般就労など次のステップを目指します。



障害者差別解消法について



みなさんは障害者差別解消法をご存じでしょうか？この法律は平成28年4月1日からスタートされており、障害のある人もない人も、互いに、その人らしさを認め合いながら共に生きる社会をつくることを目標として「不当な差別的扱いの禁止」「合理的な配慮の提供」などが定められています。

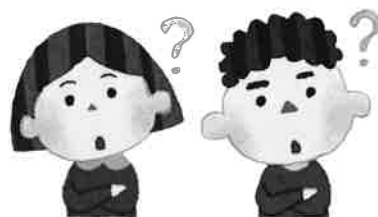
●「不当な差別的扱いの禁止」とは？

例えば…

- * 障害があることを理由にお店を利用できなかった
- * アパートを貸してもらえなかった
- * スポーツクラブに入会できなかった

などが「不当な差別的扱い」に該当する可能性があります。

ただし、他に方法がない場合などは「不当な差別的扱い」にならないこともあります。



●「合理的な配慮の提供」とは？

例えば…

- * 読むことが困難な人に対しては文章を読み上げる
 - * 肢体不自由の人が自力で移動できない場所にはスロープやエレベーターを設置する
 - * 複雑な指示を理解するのが難しい人には一つずつ説明したり、イラストを利用する
 - * 疲労や緊張が強い人には休憩スペースを設けたり、作業時間等を調整する
- 上記のことが「合理的な配慮」の一例になります。



もしかしたら、何が「不当な差別的扱い」になるのか、または「合理的な配慮」の仕方がわからないという方もいるかと思います。まずは障害の有無に関係なく、誰もが安心して暮らせる社会を実現していくためにはどのようなことが大切なのか、この法律が出来たことをきっかけとして一度考えてみてはいかがでしょうか？

新職員ご挨拶

みなさん！はじめまして！

4月より千歳地域生活支援センターでお世話になることになった三浦祐です！新卒ですがなんら可愛げの無い30歳です！社会人入学で27歳のときに大学へ進学し、今年やっっっっっつと卒業し就職することができました！思い返せば息苦しくなる大学生活（詳しく知りたい方はセンターへ！）でしたが、それも昔のこと！今はあたたかい利用者とスタッフに迎え入れられ日々充実した毎日を送っております！右も左もわからない新参者ですが、一日でも早く千歳地域生活支援センターの一員として認められるように精進いたします！皆様よろしくお願いします！

《プロフィール》

三浦祐 1985年生まれの30歳 札幌学院大学卒
顔はメガネをかけた有吉弘行です！

伝言板

☆☆☆ ボランティア募集 ☆☆☆

精神保健分野に関心があり、精神保健福祉関係の病院や施設でボランティアしたいという方を募集しています。生活支援センターでは、ボランティアと受け入れ先の連絡調整を行ないます。詳しい内容につきましてはセンターまでお問い合わせください。

原稿募集

「これについて特集してほしい!」「自分が書いた詩を載せてほしい!」など、みなさんの声をどんどん載せて情報誌を作っていきたいと思っております。どんな事柄でもいいので、お知らせください。

リサイクル品募集

生活支援センターでは、不用品とゆずって欲しいものを募り、有効利用のための調整を行います。不要品、または、ゆずって欲しいものがある方は、ご連絡ください。※一部取り扱っていない物もあります。

■■■■■ グループ活動利用Ｏｋ！！ ■■■■■

生活支援センターでは、当事者・家族・精神保健に関わる活動やその他の地域活動を行なっているグループにセンターの一室を無料で提供しています。予定がありましたら、事前にご連絡下さい。

●お問合せ先●

千歳地域生活支援センター

TEL (0123) 40-6323

FAX (0123) 40-6004

E-mail chitose-center@cocoa.ocn.ne.jp

◆◆◆◆◆編集後記◆◆◆◆◆

ようやく夏らしい陽気になってきましたね。上着いらずで出掛けられて嬉しい限りです。バーベキューにバスレク…当センターでもこれからイベントが目白押しです。来月には花火大会も各地で開かれますね! たくさんイベントに参加して今年の夏の思い出を作しましょう㊦

