

● 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。



大量のサラダ！
この他から揚げ
炊き込みご飯など用
意しました！

12月26日に千歳市社会福祉協議会の会議室を借りて忘年会を開催しました！

《総勢 24 名！》

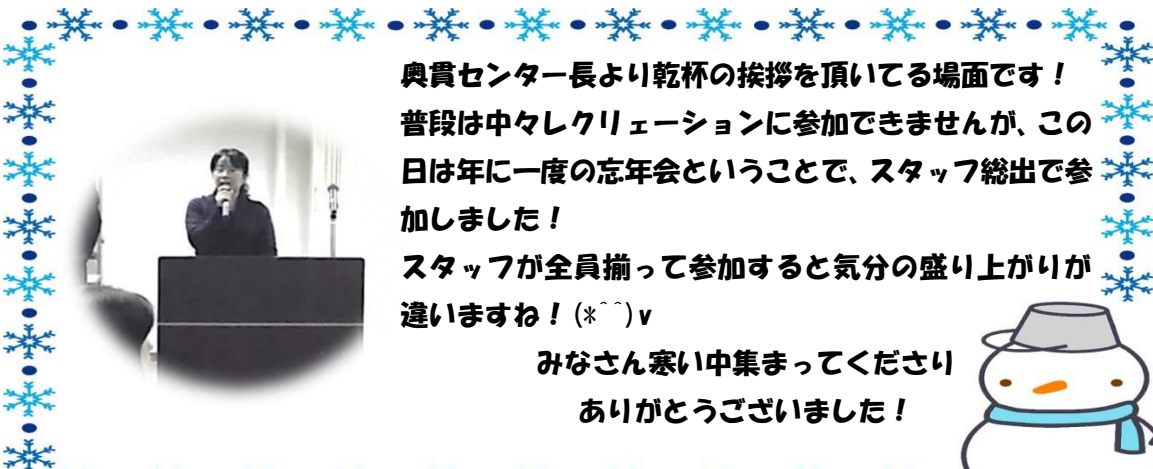
みんなで料理作りやビンゴ、イントロクイズを行いました。

料理作りに参加できなかった参加者のかたには一芸の披露をしていただきました！

一芸披露は三味線やリコーダー、ギターの弾き語りなどあり中には、、、

円周率の 100 桁暗記披露という変わり種の一芸もありました！

みなさんのおかげで忘年会は大いに盛り上がりました！、(^o^)/



奥貫センター長より乾杯の挨拶を頂いてる場面です！

普段は中々レクリエーションに参加できませんが、この日は年に一度の忘年会ということで、スタッフ総出で参加しました！

スタッフが全員揃って参加すると気分の盛り上がりが違いますね！(*^*)v

**みなさん寒い中集まってくださり
ありがとうございました！**





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ことです。

＜対象者への支援＞

ピアサポーターの武田さんにとって、初めての支援が始まっています。本人はまだまだ不安なことも多いようですが、同行している職員から見るととても上手に接しています。病院までの行き帰りの車中では「今日はこんなこと聞いてみようか?」「〇〇が嬉しかったね」「こんな時はどうしたら良い?」「あの対応はとても良かったよ(^-^)b」等々の話も弾みます。対象者さんの笑顔や病院の職員さん達のお声かけにも励まされながら頑張っています。



＜啓発活動＞

1ヶ所のデイケアで、ピアの活動についてお話をさせていただきました。デイケア職員さんも緊張を和らげる為の工夫など色々してくれ、メンバーさんからの質問も予想以上に出て、予定時間いっぱいを使って交流しました。また呼んでいただける予定&他に相談中のデイケアもあるので、もっと興味を持ってもらって仲間が増えていくことを期待しています。その他にも、作業療法士さんにご協力いただき、病棟での特定プログラムに参加をしていく予定もあります。昨年度から職員勉強会等で“病院と協力して行えること”を相談してきましたが、少しずつ新しい取り組みも始まってきているので、まずはひとつずつしっかり行いながら、地域に広げていけるようにしていきたいと思います。



センター近況報告



『百人一首』実施！



お正月っぽいことを！ということで、1月の初めに参加者8名で百人一首をおこないました。

北海道独自である木札の百人一首に初めて触れる方もいましたが、最初は「これかな?」と自信なさげに取っていたのが、最後にはスピード勝負となるぐらい、取れるようになっていました。それぞれに得意札ができ、中でも“乙女の〜”は毎回争奪戦になっていました。



社会資源紹介コーナー

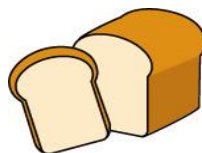
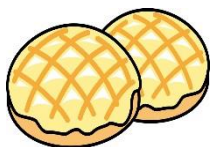


就労継続支援 B 型事業所 「就労支援事業所 恵庭」



「就労支援事業所 恵庭」では平成 16 年度からパンの製造、販売をおこなっています。月～金の週 5 日、1 日あたり 20 名弱の人が通所されています。送迎も実施しているとのこと。

大学や専門学校で外部販売をおこなっている他、行事やイベントにも積極的に出店し、販売を通じて事業所や製造しているパンについて、多くの市民の皆さんに知ってもらえるようになることを目指しています。ちなみに目玉商品のメロンパン、食パンはとってもおいしかったです！



取材に応じてくれた職員さんは「パンをつくること、販売することの楽しさを利用している人に感じてもらいたい」「働くうえで必要なルールやマナーを学んでもらえれば」と話されていました。

優しくそうな職員さんと、一所懸命にパン作りに取り組んでいる利用者さんの姿が印象的でした♪

就労継続支援 B 型事業所
「就労支援事業所 恵庭」
住所：恵庭市牧場 388 番 2
電話：(0123) 32-8400

就労継続支援 B 型事業所

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。

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12月に行った内容をご報告します。

12月25日(月)開催

12月はクリスマス仕様でホワイトの会を行いました。普段は参加費が100円ですが、今回は500円を頂き、【ケーキ】を買ってクリスマス気分を味わいながらホワイトの会を行いました！みんなケーキに集中しつつも、2017年の振り返りを行ってくれました。

今年はインフルエンザになって酷い目にあったという思い出？から職場の引っ越しによりドタバタが多かったなど、それぞれ私生活や仕事での振り返りを行ってくれました。中には事業所に通所するようになったという人もいて、私生活でも仕事面でも変化のある一年を過ごした人もおりました。



これがみんなで
食べたケーキです！



ホワイトの会は参加費の100円でお茶とお菓子を用意し、茶話会形式で行っています。

皆さんゆる～くゆる～く参加しており気負うことなく自分のペースでお話することができて

います。参加者は常に募集していますので、みなさんも是非ご参加下さい！(^o^)/



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
申込み下さい。

○会費100円(お茶菓子代)

3月26日(月)

毎月最終月曜日

4月23日(月)

15:30～17:00

レッツスポーツ

○月に1回千歳スポーツセンターでバドミントン・卓球・
ミニバレーを行っています。

日時は利用者ミーティング後に決定します。

利用者ミーティング

○申込みの必要はありません。

4月6日(金)

毎月第1金曜日

5月11日(金)

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



ひきこもり家族交流会

《次号より新年度の日程掲載致します》

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

こころの健康相談

《次号より新年度の日程掲載致します》

※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。