

● 千歳地域生活支援センター情報誌 ●

そ ら

SORA

《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。



2022 年度 事業報告



◆相談支援事業

相談件数は延べ 5,796 件ありました(千歳市の方~5,472 件、千歳市以外の方~324 件)。相談形態は電話が 85%で一番多く、来所 5%、訪問 5%、個別支援会議 4%でした。千歳市以外の方からの相談が前年に比べて減り、電話相談の割合が若干増えました。

相談内容種別では、①生活全般 7,641 件、②施設等サービス利用 3,989 件、③制度利用 366 件でした(内容の重複あり)。

計画相談支援は、利用支援(サービス等利用計画の作成)が新規で 16 件、更新等も含めると 152 件ありました。継続利用支援(モニタリング)は 234 件でした。

◆地域活動支援センター(延人数)

憩いの場の利用は 1,611 人、食事サービスは 609 人、入浴サービスは 208 人でした。来所者数が少ない状況は続いていますが、コロナの影響で普段の日中活動の場が閉鎖等で利用できなくなった際に、代わりに当センターの憩いの場を活用してもらったこともありました。その様なこともあり、新しく当センターのことを知ってもらえた方、お久しぶりであらためて食事サービス等を活用されるようになった方などいて、食事や入浴サービス利用数は増加しました。マスクや手指消毒、換気、検温、黙食等、引き続き皆さんにご協力いただいておりますが、食事の前後などに交流を楽しんでいる様子も見られました。

定期的なカルチャークラブ(茶話会、スポーツ等)は感染対策をしながら継続。ポッチャやダーツなども何度かしましたが、室内で気軽に参加できることもあり人気でした。



レクリエーションも定員を設けたりしながらバーベキューは例年通り青葉公園で行い、日帰りバス旅行も登別温泉に行くことが出来ました。他の所ではレクリエーションを自粛していることも多く、センターのレクを心待ちにしていたという方が複数いて楽しんでくれていました。

◆精神障がい者地域生活支援事業

ピアサポーターは前年度から継続の 3 名でしたが、なかなか全員が揃っての活動が出来ませんでした。全道各地のピアサポーターとの月 1 回リモート会議で情報交換など行っていた他、定例会で活動についての話し合いや学習などしていました。その他、千歳市・恵庭市の市民後見人養成講座でのセンター長の講義の際に、ピアサポーターもリカバリーストーリー(体験談)や実践報告などを発表しました。



節分レクで鬼を退治！

2月4日(土)に節分レクを行ないました！節分レクは毎年行なっていますが、去年はクイズ、一昨年は恵方巻を食べるなど、その年によって内容が違いみなさんから好評をいただいています！今年は土曜日にレクを開催するということもあり、昼食サービスに世話人さん特製の恵方巻を提供し、午後からはリクエストのあった福笑い、そして的当てゲームを開催しました！

恵方巻は前日から材料の仕込みを世話人さんがしており、当日は10本以上(!)の恵方巻を作っていました。今年の恵方は南南東、食事時間になると皆で恵方を見ながらひたすら恵方巻を頬張りました♪今年も皆さん健康で過ごせると良いですね(*^-^*)

恵方巻を食べ休憩し、午後からは福笑い・的当てゲームを行ないました！

福笑いは利用者さんからやりたい！という声があり、一人ずつ鬼の顔を作ってもらい顔のパーツを切り取って福笑いを行ないました。

福笑いをする前は絶対成功させるぞ！と意気込んでいた皆さんでしたが、

いざやってみるとなかなか難しいようで個性的な鬼が沢山完成しました(笑)



その後は「センターの鬼を追出そう！」という名目で鬼の的当てゲームを行ない、センターの鬼を退治しました！1日に沢山詰め込みましたが楽しい日になって良かったです★

※・・・※・・・※・・・※・・・※・・・※・・・※・・・※・・・※

ゲームレク開催！

3月11日(土)にゲームレクを開催しました(^O^)/



今回は「トランプ」と「ダーツ」を行ないました♪前半戦はトランプでババぬき・ジジぬきを皆でしました。トランプはコロナ禍ではほとんど行なっていなかったので本当に久しぶりの開催でした！ババぬき・ジジぬきは最後の2人になると大盛り上がりで、早くあがりを迎えた皆さんもゲームの結末に注目していました(笑)

その後は休憩をはさんでダーツを行ないました。定期的に行なっているレクではありますが今回も大盛り上がりでした♪何回行なっても点数発表の際は盛り上がりますね！まだまだ寒い時期ではありましたが、身体も動かせていいリフレッシュの機会になったと思います♪

※・・・※・・・※・・・※・・・※・・・※・・・※・・・※・・・※

連休中の開所について

GW中の当センターの休みは以下になります。



24(月) 通常開所	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)	29(土) 休	30(日) 休
1(月) 開所	2(火) 開所	3(水) 休	4(木) 休	5(金) 休	6(土) 開所	7(日) 休

☆5月8日(月)から通常開所になります。

2023 年の行事予定決定！

春

お花見ウォーキング

パークゴルフ



夏

花火

かき氷

バーベキュー



秋

バスレク

周年レク

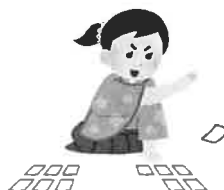
(今年は 20 周年！)



冬

忘年会

百人一首



カルチャークラブについて

2023 年度もカルチャークラブは継続して開催されます☆

気になるものがあったり、詳細が知りたいものがあればスタッフにお声がけください！

※ホワイトの会については裏ページに記載しています。

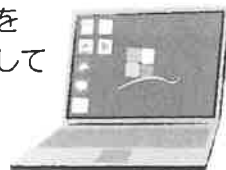
*レッツスポーツ

原則毎月第3水曜日の 15:30 から開催しています。以前はスポーツセンターで卓球やバドミントンを行なうのがメインでしたが、最近のリクエストもあり「ポッチャ」など幅広い方に参加してもらえるスポーツなども行なっています♪



*おれんじの会

毎週木曜日 13:30~15:30 (一人最長1時間) に開催している初心者向けのパソコン教室です。スタッフがマンツーマンでワードやエクセル等の操作の仕方を教えています。純粋にパソコン操作を習いたい方もいれば外出の練習として利用したいという方もいます！



☆社会資源紹介コーナー☆



就労継続支援 B 型事業所

スノーグ



就労継続支援 B 型事業所「スノーグ」は 2022 年 7 月に恵庭市恵み野駅から商店街の方へ向かい徒歩 5 分くらいのエリアに開所された事業所です。^{くおん}久遠チョコレートの運営会社が母体（全国で 40 店舗、57 拠点を展開中）となっており、作業内容は久遠チョコレートでの商品を店内に運ぶ、チョコレートを砕く、溶かすなどの商品製造の補助やシーラー作業などの製品の包装、店舗内の清掃などを行なっています。

店舗内は正面口から商品販売ブース、作業場、バックヤードと構成されておりバックヤードには補充用の商品やチョコレートの材料やトッピング用のドライフルーツ等各種が置かれる場所と休憩室などがありました。

開所日は月・火・木・金・土・日の週 6 日間、10:00~15:00 となっており、平日の水曜日が休みとなっています。できるだけたくさん働きたいけど平日に休みが必要な方や余暇を平日と休日で分散させた通い方をしたい方などにおすすめの事業所です。

「スノーグ」では働きたいと考えている方の心身の状況に合わせて、その方がやるることについて相談に乗りながらさまざまな作業の中から提案をしていただけるそうです。



就労継続支援 B 型事業所とは
障害のある方が、一般企業に就職することに対して不安があったり、就職することが困難な場合に、“雇用契約を結ばずに”生産活動などの就労訓練をおこなうことができる事業所及びサービスです。

【お問い合わせ】

就労継続支援 B 型事業所 スノーグ

住所：恵庭市恵み野西 2 丁目 8-6

^{くおん}久遠チョコレート 恵庭店内

TEL：0123-25-5552

～職員の退職のご報告～

福澤 健一

このたび 2023 年 3 月いっぱいまでせらびを退職することになりました。
この 11 年間、相談業務を通して利用者の皆様や事業所などの地域の関係者の方々には本当にお世話になりました。
ありがとうございました。



福澤さんは約 11 年間、相談員としてせらびで勤務されました。退職の報告を利用者さんにすると「寂しいですね」と惜しむ声が多くありました。3 月 25 日に行なった送別会では、普段大人数などの集まりに参加しない方も複数参加されており、人望の厚さがうかがえました。

11 年間、せらびでの勤務本当にお疲れ様でした！

当センターでのマスク着用について

3 月 13 日より、マスクの着用が個人の判断が基本ということになりましたが、当センターは様々な障がいをお持ちの方が利用する場であることや、相談員は業務の関係で病院や施設などに出入りすることからも、これまで通りの感染対策を継続することとしています。

引き続き、センター内でのマスク着用、手指消毒や手洗いなどのご協力をお願いいたします。



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～

ホワイトの会とは、障がいを持っていることで感じていること、悩んでいることを持ち寄って話し合う会です。茶話会形式で開催しています。

～よくある質問～

Q. これまで会の中ではどんなことが話されましたか？

→障がいを持っていることで困っていることの対処方法や、薬や睡眠について話題が出たことがありました。また、対人関係での困りごとを話し合うこともありました。

Q. 年齢、性別、障がい種別など、制限はありますか？

→制限はありません。幅広い年齢の方に参加していただいています。性別も、その時々によって差はありますが全体的に偏りはありません。当センターの特色もあり精神障がいの方の参加が多いですがどの障がいをお持ちの方でも参加していただけます。



通常時の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し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お申込み下さい。
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）

4月24日（月） 毎月最終月曜日
5月29日（月） 15:30～17:00

レッツスポーツ

4月19日（水）15:30～17:00

場所：千歳市スポーツセンター

詳しいことは決まり次第、当センターの掲示板にて告知します。

利用者ミーティング

○申込みの必要はありません。

2023年5月12日（金）

6月2日（金）

毎月第1金曜日

16:00～17:00

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

今年度の開催は未定です。

※個別での相談は受け付けています。

お問い合わせは千歳保健所
（TEL0123-23-3175）まで。

こころの健康相談

日時／場所

4月18日（火）千歳保健所

5月16日（火）えにあす

※コロナウイルスの影響で変更・中止になる
場合があります。

お問い合わせは、千歳保健所
（TEL:0123-23-3175）まで。