

# こころ

第98号 2014年4月

特定非営利活動法人こころ

URL <http://www.hcc-kokoro.jp/>

- ・ハートケアセンターこころ・こむぎ  
〒428-0007 島田市島 581 番地の 14  
Tel.0547-46-5561 FAX 0547-46-5566
- ・りなむ  
：島田市金谷本町 2173 番地の 2  
Tel・FAX 0547-46-1687
- ・さがら作業所  
：牧之原市福岡 1 5 7 番地 1  
Tel・FAX 0548-52-7447
- ・地活はぐるま・あじさい：牧之原市勝俣 1926 番地 1  
Tel・FAX 0548-22-5529

## 新年度を迎えて

春の訪れを告げるうぐいすが今年も綺麗な声を奏でてくれます。

NPO 法人こころは、10周年という節目を迎え、また新たな一歩を踏み出しました。これからも皆と一緒に歴史を重ねていくことになります。

さて、新年度を迎えて、みなさんはどのような思いを抱いているのでしょうか。「こんなことに挑戦してみたい」「実はこんな風に考えている」など、改めて考える機会があるのでしょうか。そして、その思いをどのような方法で伝えていますか。

“自分の思いを伝える”

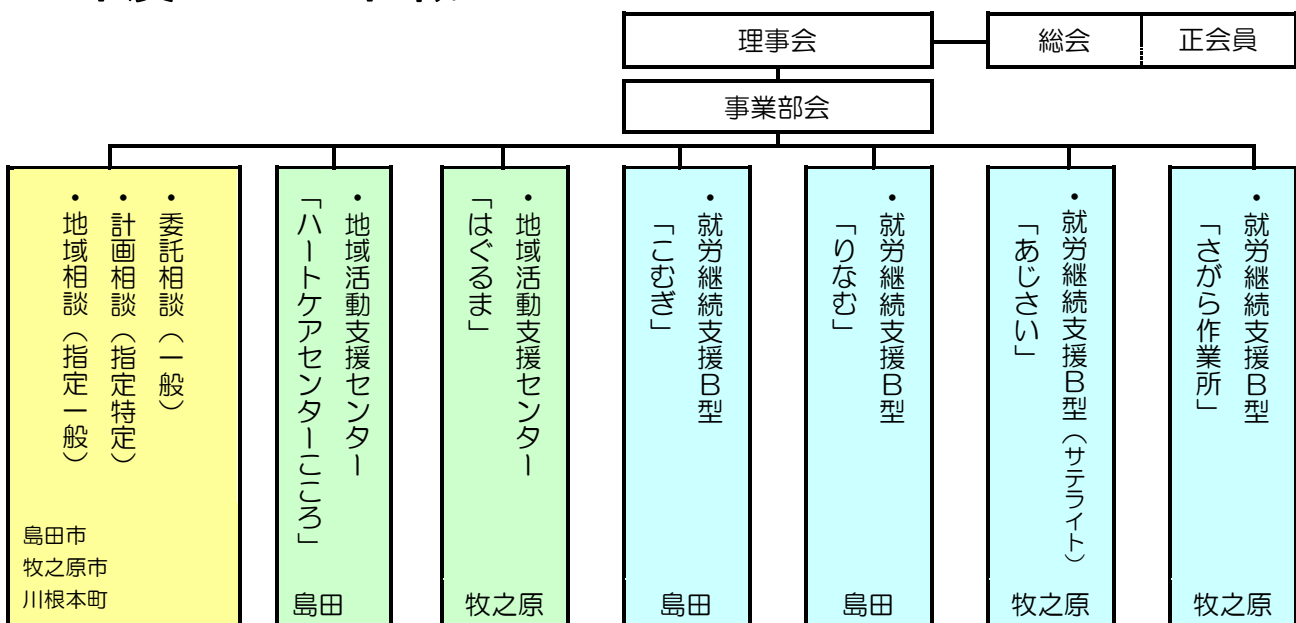
思いを伝える手段はいろいろあると思います。言葉で伝える人、絵で伝える人、詩や手紙で伝える人もいるかもしれません。大切な思いは立ち話や電話ではなく、お互いに時間をとって話すことになるでしょう。自分の思いを言葉（文字）にすることは、簡単なことではないかもしれませんが、とても大事なことだと思います。なぜなら、「思い」は人生の指針にもなると思うからです。

また、もしかすると、言えずにいる思いを持っている人もたくさんいるかもしれません。自分の思いを聴いてくれるひとはいますか？言える相手はいますか？話し合える仲間はいますか？安心して思いを形にしていくには、人との関係をつくることや、環境を整えることも必要になるでしょう。そのことに、時間がかかる場合もあるでしょう。しかし、どんな状況であってもあきらめずに、「思い」を実現するために一步一步、ともに進んでいけたらと思います。「思い」を伝えることを意識する一年にしたいですね。

新年度もよろしくお祈りします。

(副施設長 渡邊里佳)

## 26年度こころの組織



## 自主上映会を行いました



3月16日(日)吉田町精神保健福祉会「秋桜」と共催でイタリア映画「むかしMattoの町があった」を吉田町立図書館で上映しました。イタリア精神保健福祉改革最初の20年を描いたイタリア映画で、行政、関係機関、当事者、家族、職員など満席の107人の参加があり映画内容も良かったとの感想が多かったです。

## りなむ：就労継続支援B型

3月21日の春分の日には金谷本町の旧ヒライスポーツにて KKP(金谷活性化プロジェクト24)と島田市商工会金谷支所の主催による春の市 PartⅣが行われました。

りなむのメンバーは「ベーカリー・うえる」のパンや「カフェ・みれっと」のランチメニューの販売をしました。

特に、イベント用のおしまちゃんパン(3色パン)とおしまちゃん人参がのったキーマカレー、たこやき風おしま飯は、ゆるきゃらおしまちゃんとともに大人気でした。

今回の春の市では「恋するフォーチュンクッキーをみんなで踊ろう」という企画もあり、りなむのメンバーもはりきって踊りました。

地域みなさんに普段の作業や販売とは違ったメンバーの一面をお見せすることができました。

また、さがら作業所の「軒花」が会場を華やかに彩り好評でした。



踊る!りなむメンバー♪



さがら作業所の軒花

## 金谷茶まつり出店情報



りなむ 4月12日(土)、13日(日) AM9:00~PM9:00

島田市金谷本町 ベーカリー・うえる店舗、島田南地域交流センターの駐車場で自主製品等を販売します。

こむぎ 4月12日(土) AM9:00~PM9:00 (りなむと一緒に!)

島田市金谷本町 ベーカリー・うえる店舗前で牛乳パックをリサイクルして作られたトイレットパー・乾燥糸こんにゃく・手作り手芸品等を販売します。手作りせんべいにも挑戦します!

みなさん遊びに来て下さい!!

## トピックス

- ※ さがら作業所移転の社会福祉施設等施設整備国庫補助金が付きました。26年度中に移転完了で進めていきます。
- ※ さがら作業所の送迎・荷物の運搬に使用する9人乗りのワゴン車が静岡新聞・静岡放送文化福祉事業団が行っている愛の都市訪問「福祉支援活動」より寄贈されました。
- ※ 相談室こころ島田で自宅訪問用等に使用している軽自動車の更新用に静岡県共同募金会より助成金が付きました。

# はぐるま(牧之原市)：地域活動支援センター

牧之原市では、「障がいがあってもなくても安心して牧之原市で暮らしていくために」という目的で自立支援ネットワーク定例部会を2か月に1回開催しています。その中で、精神障害の偏見は根深いため地域の人に少しでも理解してもらう機会として、“精神障害の理解を深めるパンフレット作成部会”が立ち上げられました。本部会には当事者の方も参加し、地域の方々に何を知ってもらいたいかなどを話し合い、作成の段階から一緒に取り組んでいます。



精神障害の理解を深める  
パンフレット作成部会の様子

3月25日の部会では、はぐるま・あじさいやさから作業所、センドラン(就A)から各2名参加しました。“周りが支えてくれたら出来ることがたくさんある。”“精神障害とは、誰にでもなる病気で、特別なことではない。”“人には、いろいろな生活スタイルがあり、作業所で仕事をするのも一つの生活スタイルだと知ってほしい。”との思いが挙げられました。当事者の方は多くの思いがあり、それを知ることができるととても良い時間になりました。

今後、約1年かけて形にしていきますが、当事者の思いや気持ちが十分に皆様に伝わるパンフレットにしていきたいです。

# ハートケアセンター(島田市)：地域活動支援センター

平成26年2月 作成

## 地域活動支援センター ハートケアセンター(島田市)

〒428-0007  
島田市島581-14  
TEL 0547-46-556

【利用時間】月・水～土 9:00～16:00  
【休所日】火・日・祝日  
【利用料】1日 100円(チケット有り)  
チケット:1,000円で11日分  
(3枚で無料券1枚と交換)

### サロン活動

・クラブ活動:ソフトバレー、卓球、バドミントン、ミュージックバンド、カラオケ  
みんなで歌おう  
活動内容や、活動日もみんなで話し合いながら進めています。

・ランチ:200円でランチを一緒に作ります。申し込みは当日の10:30までです。参加者全員で話し合いをしてメニューや分担を決めます。

・語ろう会:毎月第2水曜日  
みんなの交流の場です。日頃の思いを一緒に語り合いませんか?

・その他:みんなの意見に応じたプログラム、(お楽しみ活動)  
他の施設との交流会等  
〈無料〉本の貸出  
〈有料〉コピー、マッサージチェア、シャワー等

自分なりの時間の使い方が  
できる場所です。  
あなたの生活の一部として  
お使いください。

### 地域交流活動

夏祭り、もちつき大会等

### 家族茶話会

月1回(第3土曜日午後)  
家族同士の交流、相談、学習の場

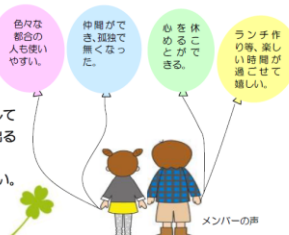
### 相談

地域活動支援センターを利用している  
方を対象とした個別相談

### 普及啓発活動

WRAP(元気回復行動プラン)、いいこと発表会

個人のプライバシーはお守り下さい。誰もが安心して  
利用できるよう、ここで知り得た情報が外部に出る  
ことがないように、ご協力をお願いします。  
何かありましたら、遠慮なくスタッフへご相談下さい。



地域活動支援センターの案内を新しく作成しました。これはメンバーの声をもとに一緒に作ったものです。

誰もが安心して利用できるよう、個人のプライバシーを守ることは、地活を利用していく上でのルールとして載せてあります。それ以外のことは特にルールとして載せてありません。何かあった時にはその都度、話し合いをして一つ一つ答えを見つけていくことが出来ればいいのではないのでしょうか。「語ろう会」という月一回の話し合いの場でも良いですし、普段のメンバー同士の何気ないやりとりの中にも答えはあるかもしれません。もちろんスタッフも一緒に考えさせてもらいます！一緒に地活をつくりあげていくことができれば良いと思っています。

地活は自分なりの使い方が出来る場所です。生活の一部としてそれぞれのペースに合わせて自由に使って下さい。

メンバーの声も少し載せていますので、良かったら目を通して見て下さい。

また、はじめて地活を利用したい方！！  
島田駅前のしまだ楽習センターでも月1回サテライトをやっています！！次回4月21日(月)

## ハートケアセンター(島田市)のチラシ



# こころの4月予定表

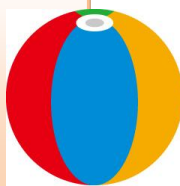


日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		島田地活: 休み	島田地活: ソフトバレー 13:30~15:00 さがら: 食推協 こころ: 市役所販売 10:00~13:00	はぐるま・あじさい・さがら: お花見 島田地活: ランチミーティング 13:00~13:30	さがら: 工賃・ミーティング	
6	7	8	9	10	11	12
	はぐるま・あじさい: サロン清掃	島田地活: 休み はぐるま・あじさい: 語ろう会	島田地活: クラブ運営会議 13:00~14:00 島田地活: 語ろう会 14:00~15:00		こむぎ: 茶話会 12:15~12:45	島田地活: WRAP 受付 12:30~ 開始 13:00~ いなむ・こむぎ: 金谷茶まつり
13	14	15	16	17	18	19
いなむ: 金谷茶まつり	いなむ: 振替休日	島田地活: 休み いなむ: 振替休日	島田地活: ソフトバレー 13:30~15:00 こころ: 市役所販売 10:00~13:00	さがら・あじさい: ドームまきのほら		島田地活: 家族茶話会 13:30~
20	21	22	23	24	25	26
	島田地活: サテライト 9:30~14:00 島田楽習センター	島田地活: 休み はぐるま・あじさい: 語ろう会	島田地活: ソフトバレー 13:30~15:30	UK3 アーチ (4 法人合同運動会) 打ち合わせ 14:00~15:30 こころにて	ソフトバレー中部地区大会 9:30~16:00 静岡市中央体育館 いなむ: 茶話会	
27	28	29	30			
		昭和の日	島田地活: 卓球クラブ 13:30~15:30 こころ: 市役所販売 10:00~13:00			

## ソフトバレー中部大会 応援募集!!!

昨年度に引き続き今年度もこころから「ハートギアこころ」チームが参加します。今回はこころ・はぐるまメンバーにさがら作業所のメンバーも2名参加することになり、14名のメンバーが参加します。参加メンバーと一緒に応援に行きませんか？

日時：4月25日（金）  
時間：8：20 こころ出発予定  
17：00 こころ到着予定  
場所：静岡市中央体育館  
※昼食は各自で用意してください。



10名ぐらいの応援を募集しています。  
詳しくはスタッフへお尋ねください。



ハートギアこころメンバー