

こころ

第91号 2013年9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・相談室こころ
〒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

こころメンバーがいろいろな場で活躍しています

平成 25 年度相談支援従事者初任者研修に参加して



7月3日にグランシップにて体験発表をさせていただきました。300名を超える人達で会場は熱気に包まれていました。私の病歴の20年間を発表しました。私の左の頭に五寸釘が刺さり、幻聴、妄想、自殺願望など、病気との闘いを発表させていただきました。そして多くの仲間と多くの支援者の力を借りて、最近はとても調子も良くなり、元気になった事も発表しました。1人15分の持ち時間で少し言葉を噛みましたが、なんとか最後まで発表でき、充実した時間になりました。私は数多くの人達に助けられているという事もわかりました。これからも病気とうまく付き合いながら、毎日を精一杯に生きていこうと思います。またいつか発表の機会がありましたらよろしくお願いします。(はぐるま 畑昌宏)

地域課題検討部会(自立支援協議会)に参加して

平成25年7月26日、島田市が開催する第1回地域課題検討部会(自立支援協議会)に初めて参加しました。地域課題検討部会というのは、一言で言うと「住みよい地域を作っていく会議」です。以前、地域移行支援協議会という会議にも出ていたことがありますが、このような会議は、久しぶりだったので緊張しました。この会議には、多種の障害にかかわる事業所の人々が主に参加しています。当事者として出席しているのは、身体代表の女性の方と私です。私の役割は、精神の病をもつ方々の代弁者です。地域で暮らす中で、困っていることや、こうなるともっと暮らしやすくなるのになあということはこの会議で発言をしていくことが目的です。初めて参加した感想は、果たしてこの場所で精神の事についての話が出てくるのかなという疑問を持ちました。第1回目は出られるだけでよいかというくらいの気持ちでした。今後は、精神の話が主になるようなチャンスがあれば良いなと思っています。

次回は9月にあります。宿題も出ています。『「大地震(災害)の際助けて下さい!」ハンドブックについて』の意見交換が予定されています。みんなの意見が反映されると良いなと思っているので、みんなで考えていけると嬉しいです。(こころ 久保田夏子😊)

月刊きょうさんれん TOMO8月号(NO.400)に掲載されました

「きょうさんれん」が発行している冊子「月刊きょうさんれん TOMO」の中の、利用者さん紹介コーナーに投稿し、掲載されました。うつ病や引きこもりを乗り越えるため、現在は、さがら作業所で作業し、喫茶ル・ヴェールでお菓子作りや接客を頑張っている事を紹介しました。(さがら作業所 橋山辰雄)

冊子を全国の方に見てもらえるのは嬉しいです。
決められた文字数の中で文章をまとめるのが難しかったです。同じ病気の人の励みになればと思います。



週1回、喫茶ル・ヴェールで仕事をしています。お客様の笑顔を見る事が楽しみです。

夏祭りありがとうございました



第9回地域ふれあいイベント夏祭りが8月17日(土)にハートケアセンターこころで開催されました。今年のテーマは「手と手をつないで広げよう こころの輪」、夏の暑さが全開の1日でしたが230名もの来場者がありました。

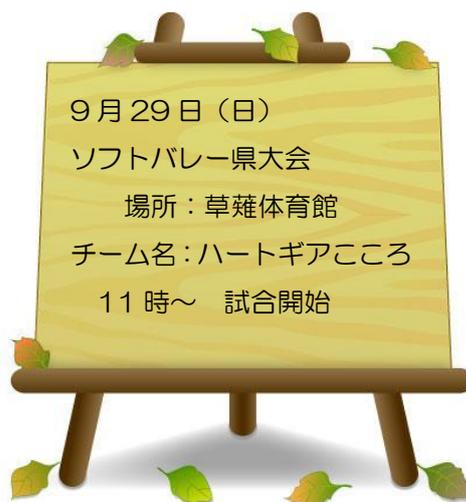
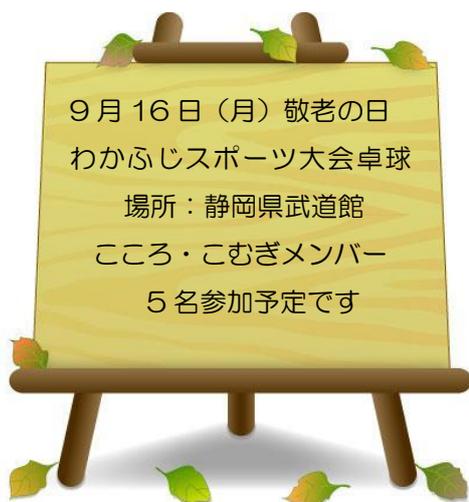
こころの夏祭りでは、毎回メンバーによる実行委員が選出されます。今回の夏祭りも実行委員が選出され、夏祭りまでに3回の実行委員会が開催されました。実行委員の主な役目は、【夏祭りの計画案を決める】【各事業所の代表として決定したことを他のメンバーに伝える】【当日の司会進行】です。今年は例年の事業所毎の実行委員ではなく建屋毎に選出された為、やや少ない人数でしたが、各実行委員が実行委員会で決まったことを建屋に戻り伝達してくれたり、分担したポスター・外看板・中看板・装飾もそれぞれが力を発揮してくれて、当日の司会進行も実行委員全員が何かしらの言葉に関わってくれました。実行委員のみなさん本当にお疲れ様でした。

また今年は、各事業所が主体となって模擬店を盛り上げてくれました。外の飲食ブースでは、りなむが「かき氷・キーマカレー・ワッフル」の販売、中の飲食ブースでは、さがら・はぐるまが「フランクフルト・プリン・サラダ」の販売、創作コーナーでは、こころ・こむぎが「絵画教室・コマ作り・芳香剤作り」を担当しました。事前準備がスムーズにできたので、当日もそれぞれのブースが盛り上がり早いうちに完売するところもありました。

さらに今年は、島田市のゆるキャラ「おしまちゃん」が夏祭りに登場し、写真撮影やあみだくじを通じて会場を盛り上げてくれました。りなむの事業所紹介では「おしまちゃん音頭」をメンバーやスタッフとともに披露してくれました。

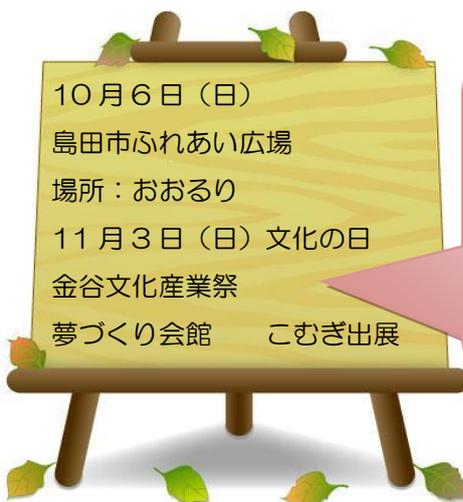
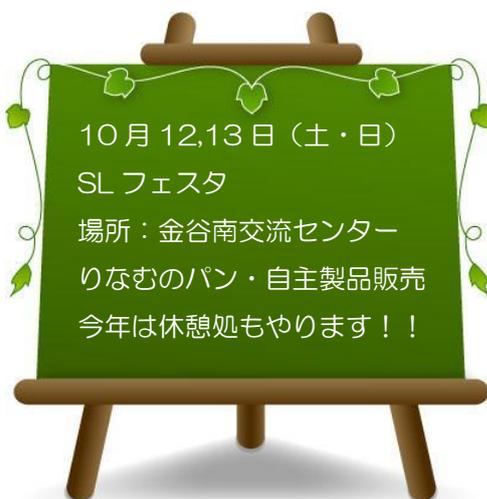
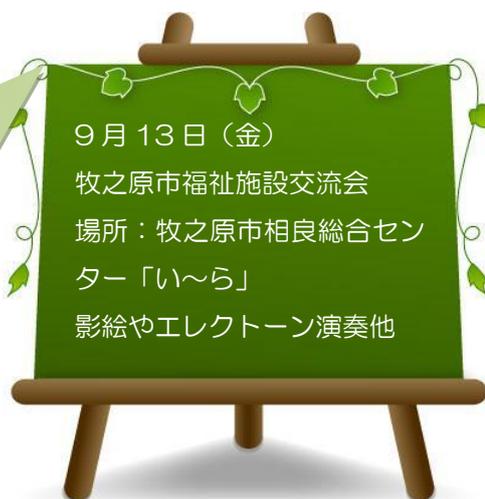
今年の夏祭りもたくさんの方々の協力があり、参加者全員が笑顔になれる楽しい1日でした。地域の皆さんにもこころの活動や雰囲気伝わったのではないかと思います。12月7日には恒例の餅つき大会も計画しております。詳細はこころ通信、チラシ、ホームページ等で案内いたしますので是非ご参加ください。

こころの秋のイベント案内



Tシャツを作成しました

班に分かれての昼食会は、メンバーも少々緊張するようですが、エレクトーン演奏を楽しみにしているメンバーが多いので、音楽に乗って手拍子や体を動かして、一日楽しく過ごしていきたいです。



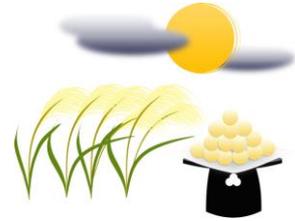
こむぎとしては初めて参加になります。実行委員を決めてこむぎのブースが盛り上がるような出店内容を検討中です。もちろん、さがら・りなむ・あじさいの自主製品も販売します。皆さん！！是非足を運んでください

今年もやります！！事業所交流会

日時：11月15日(金)
場所：牧之原市海浜体育館
今年も事業所間の交流を深めましょう♪
(写真は去年の交流会の様子です)



こころの9月予定表



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
さがら:防災訓練		島田地活:休み はぐるま:シタス クラブ見学	島田地活:卓球クラブ 13:30~15:00 さがら:食推協(調理 実習)		夏祭り実行委員会 振り廻り 13:30~	島田地活:バンドクラブ 13:00~15:45
8	9	10	11	12	13	14
		島田地活:休み はぐるま:語ろ う会	島田地活:クラブ運 営会議 13:00~ 島田地活:語ろう会 13:30~14:30 はぐるま:食推協(調 理実習)	島田地活:サマー タイム試行 9:00~17:00 開所	はぐるま・さがら:牧 之原市福祉施設交 流会	島田地活:バンドクラブ 13:00~15:45 さがら:軒花販売 (開所日)
15	16	17	18	19	20	21
	敬老の日 わかふじスポ ーツ卓球大 会	島田地活:休み	島田地活:ソフトバ レー 13:30~15:00	はぐるま・さがら:ド リームまきのほら	島田地活:カラオケク ラブ 13:30~15:30	島田地活:家族茶話会 13:00~
22	23	24	25	26	27	28
WRAP 受付:12:30~ 開始:13:00~	秋分の日	島田地活:休み	島田地活:ソフトバ レー 13:30~15:30			島田地活:WRAP 運 営委員会
29	30					
ソフトバレー県大 会 (草薙体育館)						

<はぐるまメンバーの作品>

正義の為なら
この命
惜しまない
と言っても
まだ自分では
あくまで戦っていると思うと
また闘志が心地良い
自分に勝て!!

I・H



<お役立ち情報:地震の備え7>

・新聞、テレビ、ラジオやインターネットなどから、防災に関する情報を収集し、知識を身につけておく。



・消防署などが実施する講演会や座談会に参加し、過去の地震の教訓を学んでおく。

<精神保健福祉士実習 学生より>

8月5日~8月19日までの実習でした。こころの皆さん、こむぎの皆さん、そして1日でしたがはぐるま・あじさいの皆さんありがとうございました。実習で学んだ事を活かし、立派な精神保健福祉士になりたいと思います。

2週間本当にありがとうございました。
(静岡福祉大学 4年 久保田有哉)