

《NPO 法人こころ 広報誌》 偶数月発行

こころ

〒428-0007 島田市島 581 番地の 14
TEL 0547-46-5561 FAX 0547-46-5566
ホームページ <http://www.hcc-kokoro.jp/>

第63号

2011.4

平成23年度目標

「メンバー・スタッフそれぞれがもつ力を発見し活動に活かす」
「地域の活性化に向けた連携をはかる」

私たちはたくさんの可能性と大きな力をもっています。しかし、さまざまな状況や環境の中で、本来だれもが持っているはずの力を発揮できず、生活しにくい状況に陥ってしまうことがたくさんあります。

すると、つい私たちは、力が発揮できない原因や課題を見つけようと考え始めてしまいます。そして、「ここに問題があるから〇〇を解決しよう」「〇〇ができないから〇〇ができるようになろう」と、その人が持つ弱点や問題を追及し、それを改善することにエネルギーを注ぎ始めます。

ここで、少し考えてみてください。一見「目標に向かって頑張っている」ように見えるかもしれませんが、しかし、実はそこに落とし穴があります。つまり、いつも自らの欠点ばかりに目を向けることによって、そもそも自分が出来ていることや隠れている力に気づきにくくなってしまいます。それどころか課題が解決できない時は「自分は何をやってもうまくいかない」「自分ではよくなるまい」と自分に対する評価がどんどん低くなってしまいます。この自分に対する評価(=自己価値)が低くなってしまふことは最も避けなければいけません。私たちは、夢や希望をもち、たくさんの潜在的な力(=ストレングス)を発揮し、自分たちのくらしを創造できる大きな可能性を持つ存在です。そして、それは私たちを取り巻く地域の中にもたくさん眠っています。

さまざまな潜在的な力を探す一年にしていきましょう！！

施設長 菅原小夜子

2011こころと福祉のセミナー

3月11日に県拠点活用機能事業を受託し、島田市夢づくり会館で「2011こころと福祉のセミナー」"まち"を元気に！～地域の活性化をめざして～を開催しました。

キーワードを「まち」と「活性化」とし、私たちの住む"まち"で障害のあるなしにかかわらず、そして支援する、されるという関係でもなく、同じいち住民として"まち"を元気にする方法を探ろうというのが今回のテーマでした。

当日は東日本大震災のため講師3名は新横浜駅付近の新幹線内に足止めになっていることがわかり開催中止も検討しましたが、講師の所属する「ハートinハートなんぐん市場」の活動ビデオを鑑賞した後、講師の携帯電話につながり取りする方式を進めることにしました。思いもしないセミナーになりましたが自治会、商工会、障害当事者より何件かの質問があり、また聴講者の皆様が最後まで席を立つことなく熱心に耳を傾けておられました。ありがとうございました。



相談支援事業

4月より島田市の相談支援委託事業変更により島田市居住方の相談連絡先が変わります。

- ・ 相談連絡先： 島田市役所福祉課(火・水・金はこころの職員がおります。)
電話：36-7154(島田市福祉課の電話です)
- ・ 相談場所： 市役所内相談室、場合によりハートケアセンターこころ

メヌエット (生活訓練事業)

生活訓練事業は3月31日をもって廃止となります。

メヌエット新聞最終号を作成し、今までの活動をまとめました。ハートケアセンターこころに掲示しますのでぜひご覧ください。その中からメンバーの今までを振り返ってのコメントを紹介します。

- ・ まず思うことはよくここまでやってこれたなということです。いろんなことがあったけど、楽しかったです。もう終わりかと思うと残念です。これからは「こむぎ」でがんばりたいと思います。
- ・ 最初は皆うまくできるかなと、不安だったけど色々やっていくうちに、協力しあって仲良くなることができました。目標も決めてまさにメヌエットは、私の生活の一部になりました。メヌエットをとおして人生も深くなったと思います。

メンバーさんたちは自分の目標や課題に向けて努力してきました。ここで学んだことをこれからの生活や次の活動場所で活かしていけるといいですね。

ワークセンターこむぎ (就労移行・就労継続B)

3月21日には金谷のメインストリートで「東海道金谷宿 春の市」が開催されました。

空き店舗を利用した地域活性化イベントの第1弾で、ベーカリー・うえる、カフェ・みれっとも出店しました。うえるでは「かなやあんぱん」「かなやメロンパン」「かなやクリームパン」のかなやパンシリーズ3種類を販売、おかげさまで完売となりました！かなやパンは金谷深蒸し茶を使ったパンで、今回のイベントでは塗り絵展示参加者の景品としても使っていただきました。ありがとうございました。



金谷宿 春の市

4月から、ワークセンターこむぎは事業所を2ヶ所に分け、これまでの金谷本町の建物では就労移行支援事業を、旧生活訓練の訓練室で就労継続B型事業を行う事となりました。4月1日の新年度はB型の引越し作業からスタートします。慣れるまで、皆様にはご不便をおかけするかもしれませんが、よろしくお願ひします。



かなやあんぱん

《就労移行》

- ・ 4月から、特別支援学校・駿遠学園から3名の利用者の方をお迎えします。
- ・ 出張販売先が変更となります。訪問できなくなる事業所の皆様にはご迷惑をおかけしますが、ご理解ください。

《就労継続B型》

- ・ 金谷本町から引き続き利用される方に加え、新しいメンバーを数人お迎えします。

サロンの活動 (地域活動支援センター)

サロンは、今年度も『安心できる居心地の良い居場所』を目指していきます。困ったことを相談したり、のんびりしたり、みんなと話したり、ご飯を食べたり、クラブ活動に参加したり・・・自分の体調に合わせて過ごすことができます。

自由参加のクラブ活動は、4つの運動クラブ(ソフトバレー・卓球・ソフトボール・グラウンドゴルフ)と、3つの文化クラブ(みんなで唄おう・カラオケ・バンド)があります。

愛好会として、仲間を見つけて将棋・マージャンなどもできます。その他、オセロ・トランプ・けん玉なども揃っています。手芸や折り紙を楽しんでいるメンバーもいらっしゃいます。季節のウォーキングやスイーツづくりなどメンバーの希望で実施しています。

200円ランチはメンバーからの提案で始まり、メニュー決めから買い物・調理・片付けまでみんなで協力しあって作り、安くおいしい昼食を楽しんでいます。

『語り合おう!「こころ」について』は奇数月の第4水曜日午後1時30分から、ハートケアセンターこころ について、自由参加でいろいろなことを話し合っています。プログラムに参加する・しないは、基本的に自由です。

新年度早々に「第11回 精神障害者ソフトバレーボール中部地区大会」が4月28日(木)に静岡市中央体育館にて行われるので優勝を目指して練習しています。応援者を募集していますのでぜひ応募ください。



♡ <お知らせ> ♡

1. SSTのお知らせ

生活訓練事業で行っていたSSTを相談支援事業の一環として定員 8 名で行います。サロン・「こむぎ」の利用者が参加できます。参加希望の方は事前にご連絡ください。

- ・ 日 時 毎週水曜日 午後1時30分～3時
※4月13日スタートです。
- ・ 場 所 ハートケアセンターこころ 旧訓練室

2. 総会のお知らせ

- ・ 期 日 平成23年5月21日(土) 午後1時30分～
- ・ 場 所 ハートケアセンターこころ

<助成金ありがとうございました> 平成23年2月～3月分

- | | | |
|--------------|--------------|------------|
| 1.島田市社会福祉協議会 | 地域福祉活動資機材購入費 | コーヒーマーカー購入 |
| 2.公益信託市川園 | 社会福祉基金 | パン販売車購入 |

寄付のお願い ～いつもご協力ありがとうございます。～

- ① 調味料・食材
- ② 石鹸、洗剤、タオルなどの日用消耗品
- ③ グローブ・ソフトボール
- ④ ホワイトボード (脚付き)



コーヒーマーカー

4月予定表

【地域活動支援センター】

開所日：月・水～土（火・日・祝日休み）

時間：9:00～16:00

利用料金：1日 **150円**

プログラムのみを利用する際にも利用料が必要です

日	月	火	水	木	金	土
					1 ソフトボールクラブ 13:00～15:00 番生寺会館 雨天時：ターフ 酒害相談(断酒会) 13:30～16:00	2 バンドクラブ 13:00～15:00
3 休み	4	5 サロン休み	6 桜ウォーク&グルメ 10:45～13:30	7 卓球クラブ 13:00～15:00 金谷体育センター	8	9 桜ウォーク&グルメ 予備日 バンドクラブ 13:00～15:00
10 休み	11 第1回 ポスター作り 13:30～	12 サロン休み	13 バレークラブ 13:00～15:00 金谷体育センター SST 13:30～15:00	14	15 クラブ運営委員会 13:00～ 宮崎町ふれあい市 9:00～ (こむぎ)	16 家族茶話会 13:00～15:00 みんなで歌おう 13:00～15:00 相談室 1
17 休み	18 ランチまどめ買い 13:00～	19 サロン休み	20 バレークラブ 13:00～15:00 金谷体育センター SST 13:30～15:00	21	22 サロン清掃 13:00～	23 バンドクラブ 13:00～15:00
24 休み	25 カラオケクラブ ミュージック パーク 13:30～15:30	26 サロン休み 酒害相談(断酒会) 13:30～16:00	27 ランチミーティング 13:00～ SST 13:30～15:00	28 バレーボール 中部大会 静岡市中央体育館	29 休み 昭和の日	30 バンドクラブ 13:00～15:00

* 編集後記 *

東日本大震災の様子をTVで見て、今、普通に生活ができる幸せを感じる日々です。

広報誌「こころ」では、みなさんからのご意見・ご感想、アイデア等を募集しております。お気軽にスタッフまでどうぞ。

ハートケアセンター こころ

〒428-0007 島田市島 581 番地の 14
TEL 0547-46-5561 Fax 0547-46-5566