



KSKQ 萌風香 2021 年度 冬号

誰もが生き活きと
自分らしく暮らせる
心豊かな社会を
創造します。

社会福祉法人萌 広報紙 NO.75 2022.1.14 編集人 社会福祉法人萌 定価 150 円
〒630-0256 奈良県生駒市本町 7-14 ブルームビル2階 ひだまり内 TEL 0743-85-4196

■ 謹賀新年 ■ 2022年(令和4年)スタート ■ 年頭所感 ■

旧年中は多くのご支援を賜りまして、ありがとうございました。

昨年は、社会全体が厳しい状況の中、「社会福祉法人の地域での役割」を深く考え学ぶ一年でした。

社会福祉法人の使命は困っている人たちの支援をはじめ地域で期待される取り組みをする事だという気付きを改めて得ました。萌が地域にとって必要な存在に発展するよう努力してまいります。

またコロナ禍で障害や病気の人たちの生きづらさが浮彫りになりました。誰とも会えず社会から孤立した不安な生活が続いています。

そのような中、コミュニケーションの方法が進化し、施設にいる人や一人暮らしの人とも、パソコンなど画面越しで会話することができました。

世の中の変化を受け止め柔軟に支援ができるよう工夫してまいります。

本年も地域で暮らす人々の幸せを追い求めながら、誰もが豊かに暮らせる社会になるよう活動してまいります。どうぞよろしくお願い申し上げます。

理事長 吉川郁子

今まで当然のように誰かと会い、協議し、つながりを持って活動をしていたのが、コロナ禍により、様々なことが制限されるようになりました。改めて人とつながることの大切さを感じています。

日頃の支援や活動の中からきちんと課題を把握し、それを解決できるような地域のしくみづくりに力を入れていきます。

法人内だけにとどまらず、奈良県自立支援協議会、奈良県居住支援協議会、精神障害にも対応した地域包括ケアシステムなどの「協議の場」を活用しながら、病院から地域での生活へ、地域で安心して自分が望む生活を送られるような支援体制を作っていきます。

2022年は新しく第4期中期計画が始まります。様々な関係機関と連携していき、取り組んでいきたいと思っています。

福祉統括部長 山本桂子



左から出口裕生、吉川郁子、山本桂子

新年おめでとうございます。コロナ禍と言われ 2 年が経ち、あらゆる場面で制限がある中でも大きな問題なく法人運営が継続できたのは地域の皆様、職員のおかげです。大変感謝しております。

法人設立20年をコロナ禍で迎えることとなりましたが、これからの20年は今の事業活動の維持継続はもとより、進化発展させることが大事だと感じています。そのためには具体的な事業活動は必要ですが、進化発展するための資金確保が必須です。

まずは今の法人財務状況や事業活動状況を分析し、必要となる資金計画をつくっていきたくて考えています。

「今まで通り」に安心や安定を求めてしまいがちですが、この1年も変化を怖がらず、温故知新の心も忘れず、地域のためできることを考え、支援充実のために法人運営をサポートしてまいります。

総務部長 出口裕生

「つらい」「しんどい」「わからない」～電話相談で気持ちを傾聴～

県内すべての人を対象とした精神保健福祉電話相談事業「萌こころの相談室」を、12月6日から10日の5日間実施しました。法人の地域貢献事業として取り組んでおり、今年で7度目になります。精神保健福祉士が電話対応を行い、今年度は58件の相談がありました。

「体調が悪い」「仕事が辛い・しんどい」「人間関係をどうすればよいかわからない」など、精神疾患・精神障害に関する相談から、生活の困りごとまで幅広い相談が寄せられました。今年度は電話相談の事前研修も行い、話を聞くことの意義と大切さをより一層学びました。これからも相談者に「労い」と「勇気づけ」を届けられたらと思います

相談内容内訳

医療・治療・薬	15
精神疾患・精神症状	13
不安・焦燥・抑うつ	11
福祉制度・サービス	9
利用施設の相談	4
家族・家庭	4
話がしたい	4
職場・労働	3
経済・金銭	3
不眠	3
その他	18

(1件の電話で複数項目あり)

生 駒 エ リ ア

生活支援センターコスモールいこま 0743-73-7000 地域活動支援センターコスモールいこま 0743-73-0900
ひだまり 0743-85-4196 コミュニティスペースはなな 0743-73-1050
グループホーム楽都 0743-73-0141

ピアカフェを開催しています

「ひとりぼっちをなくそう」というスローガンの下、精神障害のある人がお茶を飲みながら話し合う集いの場「ピアカフェ」を開催しました。

1人でも多くの
人に来てもらえる
ように、市内の精
神科クリニックや
公共施設、訪問看
護ステーションな
どでチラシを配っ
て案内しています。

「生駒市精神障
がいについての理
解啓発事業」のピ
アサポート講座を
3回受講した人が、ピアサポートグループ「ピアスマ
イルいこま」のメンバーとなり、ピア相談員として参
加しています。

ピア相談員は相手の話を傾聴することを心掛け
ています。その人が帰るときには、「次も待ってるね」
「今度も来てくださいね」「また会いましょう」と声を
かけるようにしています。

ほっと一息して帰ってもらえると、相談員の嬉しさ
も増します。

毎回10人程が訪れ、中には親子連れの参加者
や開催するたびに来てくれている人もいます。



今回の案内チラシです！



時には和室でほっこりと・・・。

参加を重ねるごとに、ピア相談員たちと顔馴染
みになり、笑顔になります。会話を楽しみ、リラックス
して自分から話してくれます。

ある日の話題の中で地域活動支援センターコス
モールいこまの話が上がったことがありました。そ
の話を聞いて興味を持ち、コスモールいこまの利用
につながった人も。

今年度は3カ月に1回、精神障害のある人た
ちが集える場所が少ない北地域で行っています。興
味のある方、少しのぞいてみませんか。

地域移行・地域定着研修会のご案内

主に精神障害者の支援に関わっている従事者、
一般市民向けに、例年開催している研修会を実施
します。

今年は（一社）イーデンホール法人代表竹下昭
彦さんを迎え、「病院をでて街で暮らしたい 病院
での取り組み～地域社会での取り組み」の講演と、
当事者による体験発表を行います。

当日は出張相談、ピアカフェも行っています。

日 時：2022 年 3 月 8 日（火）

14 時～16 時（受付は 13 時 30 分から）

場 所：北コミュニティセンター ISTA はばたき小ホール

定 員：100 人

参加費：無料

問合せ：地域活動支援センターコスモールいこま

電話：0743-73-0900 FAX 0743-73-0907



楽しく団らんしています♪

郡山エリア

生活支援センターふらっと 0743-54-8112 地域活動支援センターふらっと 0743-54-3977
ふれあい工房 0743-54-6701 彩食キッチンBon 0743-58-5572
グルーホームもえぎ館 0743-85-4112

つながろう 地域移行の輪

～入院医療から地域生活へ～

地域移行の基盤整備として期待される「精神障害にも対応した地域包括ケアシステム（略称：にも包括）」（※1）。

2020年度から奈良県郡山保健所圏域がモデル圏域の一つとなり、郡山保健所精神保健医療福祉関係機関協議会では、市町村長同意、8050問題、社会資源やマンパワー不足、重複精神障害者への関わりや多職種・地域連携の在り方など、共通の課題があることを確認しました。

奈良県広域アドバイザーの岩上洋一さんは「コロナで医療・保健がダメージを受けた時、他の機関がどれだけ連携して動けるか。大変な時でも、動ける所が動くしくみ作りが必要」と話します。

どのような状況下でも、地域での包括的支援が途切れないよう、地域課題を自分事として連携し、差別や偏見なく全ての人が共生できる包摂的な社会の構築を目指します。

（※1）精神障害者が地域の一員として、安心して自分らしく暮らせるよう、医療、障害福祉・介護、住まい、社会参加（就労）、地域の助け合い、教育が包括的に確保されたシステムのことです。

～医療現場の実践について学ぶ～

長期入院患者の地域移行について考えるため講師にやまと精神医療センターの病棟看護師である音掬望氏を迎え「病棟看護師の視点から考える退院支援」についてリモート研修会を行いました。

退院に向けての支援・調整ができるスタッフの育成。退院支援看護師養成研修を受講した4名の看護師が中心に実践していること。入院時から退院後の地域生活をゴールとして関わっていること。オレム・アンダーウッド理論をもとに患者のセルフケア評価を行い、どのようなサポートが必要か検討していることなどを学びました。

今回の研修にとどまらず、今後も相互に情報交換しながら、より良い実践に活かしていきたいと考えています。

エリア\NEW/中期計画を作成中

次期中期計画を地域特性やこれまでの実践を基に郡山エリアのスタッフ会議で検討しています。

たくさんの「やりたいこと」を出し合い、地域とのつながりを大切にしつつ、みんなで取り組める新たな目標を創っていきます。



「やりたいこと」が机一面に！

家族の安心感を高めるために

～大和郡山市主催 障害者家族教室の取り組み～

第1回は、五条山病院・町澤暁医師から「統合失調症について」（11人参加）、第2回は、たんぽぽの家生活支援センター相談員の内山尚子さんから「精神の障害のある方への家族の対応～知的障害・発達障害がベースにある場合～」（13人参加・同伴2人参加）をテーマにそれぞれ講義がありました。

参加者からは、「病気について理解しているようで理解できてないので勉強になった」「将来後見人を立てるべきか悩む」「家族としてどう寄り添えばいいのかわかりたい」など、もっと学びたいという感想が寄せられています。

精神障害のある人を支える家族が、病気や障害、社会資源などについて学び、同じ家族の立場の人と集う中で、孤立を防ぎ、障害のある人もその家族もそれぞれの安定を取り戻してもらおう機会になると期待されます。

第3回は2月1日に、市障害福祉係による障害福祉サービスの紹介とヘルパー事業所の利用者と職員による体験談が予定されています。

詳細は大和郡山市のホームページをご参照ください。（事前申込・定員20名）

西 エ リ ア	
生活支援センターばると・ベル 0745-43-5541	地域活動支援センターまーぶる 0745-75-6545
らそら 0745-70-1577	グリームホーム彩友館 0745-43-9333

初めてのフードドライブ事業 51団体が協力!

秋晴れの中、11月20日(土)斑鳩町中央公民館でフードドライブ事業“ちょっときてみて もってて!”を開催しました。

開始1時間前から徐々に人が集まり、開始時にはすでに長蛇の列。チラシや広報で知った方、新聞の切り抜きを持ってきてくださる方など、332人の来場者がありました。



開始前から並ぶ来場者

集まった物資は7314点!

食料品や日用品だけではなく、学用品や衣類などもありました。物資を集める際にご協力いただいたのは、社会福祉協議会をはじめボランティア団体や商工会、企業等の51団体の皆様です。多くの方々から賛同いただいたイベントとなりました。

当日来場された方からは「新型コロナウイルスの影響でいろんなイベントや催しがなくなっている。久しぶりに賑わいを感じたくて参加した。活気があるのは嬉しい」との声がありました。



1時間半で品薄になるほどの盛況ぶり



当日パンフレットで協力団体をPR

コロナ禍でも何かまちの人に役立てることができないか? そんな思いからはじまったフードドライブ事業。今まで関わりの少なかった商工会や企業の方々にはイベントの趣旨を説明する中で、萌の活動を知っていただける機会にもなりました。

ある企業の方からは「会社として、地域貢献できる機会を探していた。今後もこのような機会があれば一緒にやっていきたい」とありがたい言葉をいただきました。

また、今回のイベントをきっかけに繋がった企業とらそらが内職の契約をすることになりました。

イベントでつながった縁をこれからも絶やさず、まちの役に立つ活動を続けていきたいです。

今回のイベントについて毎日新聞、読売新聞、ニュース奈良の声で取り上げて頂きました。

★記事のページ

→ <http://voiceofnara.jp/20211120-news793.html>

★ニュース奈良の声 QRコード →



高田エリア

生活支援センターなっつ	0745-23-7214	地域活動支援センターなっつ	0745-23-8105
マインドホーム高田	0745-23-8072	おかわり	0745-23-5625
えいぶる	0745-52-5752	あっとほーむ香芝	0745-44-8023

地元の新名物を目指して えいぶるの製菓に新メニューが登場



焼き上がりを待つえいぶるの利用者

えいぶるの引っ越しにあたって始まった製菓事業に新しく「まなパウンドケーキ」が登場します。

今回は新メニューの開発に取り組む様子をお届けします。

高田エリアには手土産に使えるオリジナルの授産品がなかったことから、えいぶるが移転する際には新しく開始しよう!と始まった製菓事業。現在提供しているラスクに続き、新メニューの開発に取り組んでいます。

えいぶるが運営している交流センターの喫茶コーナーで萌の他事業所が作っているパウンドケーキを提供したところ、柔らかさが好評だったため、今回のパウンドケーキの開発に至りました。

「地元の食材を使って、地元の新名物を創造する」を目標に、地元の名物である大和まなを取り入れています。使用している「まな粉」は100%、地元野菜の大和まなをえいぶるで乾燥、製粉したものです。



完成したまなパウンドケーキ

まなの味が出るように、かつケーキの味も損なわれないように様々な試行錯誤を繰

り返しながら利用者と一緒に試作します。試作したまなパウンドケーキは製菓事業に関わっていない利用者や他のエリアの調理師にも試食してもらい、改良を重ねていきました。

取材をした時点ではまなパウンドケーキは完成し、あとはパッケージのデザインを決めるだけです。多くのお客さんに手に取ってもらえるよう、多くのデザインの中から検討中です。



パッケージのデザイン案

茂野由紀子所長は「地元野菜を使ったおいしいパウンドケーキで、ゆったりとした時間を過ごしていただきたい。そんな思いをこめてつくりました。えいぶるのこと、大和高田のことを知ってもらえるきっかけにもなればうれしいです!」と魅力をPRします。

完成したまなパウンドケーキは交流センターの喫茶コーナーで提供予定です。ゆくゆくは物品販売にも登場予定。交流センターにお立ち寄りの際などにはぜひご賞味ください。

赤い羽根を持ち募金呼びかけ

社会福祉協議会が主催する赤い羽根共同募金に、地域活動支援センターなっつ、マインドホーム高田の利用者が参加し、スーパーの買い物客に募金を呼びかけました。

台風や新型コロナウイルスの影響で2年ぶりに開催された街頭募金。募金活動に参加する人数に制限がある中ではありましたが、大和高田市社会福祉協議会の職員と一緒に取り組みました。

法被や募金箱を持ち、募金してくれた人にお礼を言いながら赤



募金を呼び掛ける利用者ら

い羽根を手渡していきます。集められた寄付金は、奈良県内の高齢・障害分野などを支援する福祉活動や、災害時支援に役立てられます。

檀 原 エ リ ア

生活支援センターぴあぼ〜と	0744-24-2020	地域活動支援センターぴあぼ〜と	0744-24-2070
生活支援センターいろは	0744-32-7753	ひなた舎	0744-32-7745
P i t 八木	0744-21-5666	グルームホーム南	0744-24-2050

今年度も啓発イベントを開催

「こころの声きこえていますか?2021 in かしはら」を 12 月 11 日(土)、檀原文化会館小ホールにて開催しました。



素敵な演奏で会場が一つに♪

オープニングセレモニーは、吉川理事長をはじめ檀原市議会議員の大北かずすけ氏による挨拶で始まりました。

その後、檀原市吹奏楽団による「カイト」「365日の紙飛行機」など全5曲の迫力ある素敵な演奏があり、オープニングがさらに盛り上がりしました。

会場は、一つ一つの楽器の音色が心地よいハーモニーになり、会場全体と皆さんの心と身体を包み、あっという間の 30 分の演奏でした。

受付横では、御所実業高校機械工学科から、借りた「ドクターイエロー」のブースも人気で、ほほえましく子ども達が乗って記念撮影したり、和気あい



ドクターイエロー準備中☆

あいとほほえましく遊ぶ姿もあり、今年度は様々な年齢層の方々、約80人の参加がありました。

その後は、「もうひとりでがんばらないで〜コロナ禍における女性のメンタルヘルス〜」というテーマでカウンセリング&コンサルティングフロンティア代表の小島俊久さん(公認心理士・スクールカウンセラー)に講演して頂きました。



具体的な方法を交えながらの講演

「利害関係のない、遠すぎず近すぎない距離感の人と不安や悩みを共有することが大切」

「(話をするのは)問題の解決が主題ではない。話すことでちょっとほっとしたり肩の荷が下りるという感覚が大事。これがないと心身に大きな負担がかかり、自分でも気づかないうちに頑張りすぎて、ある時ポキッと折れてしまう」

「バウンダリー(心的境界)を引いての関係づくりは家族が一番難しい」

「目標や希望の前にまずは傷を癒したり、安堵することが大事。土台が安定してからでないと目標も希望ももてない」などのお話がありました。

他にも話を聴いてくれる人(話すこと)の重要性、一人で抱え込まないようにするための工夫、孤立させないための話を聴く際のポイント、なども教わりました。

最後には会場みんなでリラクゼーションのための呼吸法を行い、つかの間ではありますが肩の力を抜く時間も共有しました。

「分かりやすく、気持ちも楽になった」などの感想も聞かれ、まずは自分の気持ちを話す事の大切さを確認できた時間でした。ご来場いただいた皆様、ありがとうございました。

「精神保健福祉あるある川柳」を萌の利用者の皆さまからご投稿いただきました。ありがとうございます!

語ろうぜ みんなで仲よく ピア活動 藤井 亘	こおりつく 心に灯り あか ともしてね 榎田 伸也	病氣をも 人生さえも 変えた場所 よし	明かり消し えいぶる内で ほしづきよ 星月夜 ころん	精神保健福祉 あるある川柳 
布団から 出たくないのは 冬のせい O・M	冬日和 こたつの出番 みかんかな あかねつち	大掃除 皆でやれば ピッカピカ 天野 奏	ヘルパーさん あったか食事 ありがとう ナベワタ	手の温かさ 冬を越えるよ 君のせい まつつん
クリスマス みんなで食べる オードブル たこ焼太郎	台所 入口いつも 譲りあう 銀杏	みかんのね 美味しい季節 到来だ マ〜坊	寒いなあ 行くの嫌だな 休もかな さところん	冬景色 早くお家へ 帰りたい 辰巳 明

学びを実践に 職員スキルアップに3つの研修会を実施

法人内研修として「電話相談研修」「権利擁護虐待防止研修」「職員全体会」をそれぞれ動画視聴で行いました。
「電話相談研修」は萌こころの相談室(1面参照)の実施前にいこまカウンセリングルームこころの神澤創代表から電話相談の意義や役割、実践面でのコツなどを学びました。

「権利擁護虐待防止研修」は虐待の定義や通報の重要性など基本的なことを伝達研修で学びました。虐待が起らない風土づくりや権利擁護意識の向上のため、毎年行います。

「職員全体会」では法人の今期中期計画の総括および次期中期計画を職員間で確認し、理念に基づいた実践につなげていきます。

さくらんぼ便り

ホームヘルプステーションさくらんぼ
0743-54-0800

ライク通信

なら西和障害者就業・生活支援センターライク
0743-85-7702

歳を重ねても

介護保険の認定調査を受け、要支援や要介護と
なられた場合でも、継続してさくらんぼをご利用
頂けます。

65歳という区切りは、ご本人の認知機能や身
体機能等の状態を改めて知る良い機会となりま
すが、その直後に支援の内容が大きく変わることは
無く、さくらんぼでは、たいていの場合、これ
までと同じヘルパーがサービスの提供を行って
います。

しかし、全ての支援内容が介護保険に引き継が
れるとは限らず、例えば通院等介助や移動支援に
相当するサービスは介護保険にありません。

これらが引き続き必要な場合には、障害福祉サ
ービスとの併用で対応する方法もありますので、
ご相談ください。その人らしい暮らし方を大切
に、生活を支えていきます。

得た経験をみんなの力に

2021年11月24日、オンラインで開催され
た障害者就業・生活支援センター近畿ブロック経
験交流会議に出席しました。

近畿地方にある各センターのよりよい取り組
みやノウハウを共有し、水平展開することを目的
として年に1回開催される会議です。厚生労働省
担当者、大津市発達障害者支援センターからそれ
ぞれ現状を説明いただき、後半はテーマ別グルー
プワークに参加しました。

ライクで感じる課題は他センターでも同様に
課題となっていることが確認でき、他センターか
らは今後の支援に活かせるお話を伺いました。

個別支援を大切にしながら、改めてよりよい支
援ネットワークの構築、その発信を進めていく必
要性を感じた会議となりました。



★萌風香の購読★

萌風香は年4回1500部ずつの発行です。皆様のお手元に届いた後、萌のサービス
利用者以外の方で「引越して住所が変わった(住所変更)」「次からは送ってもらわな
くても結構です(購読中止)」という場合、お手数ですが必ず萌風香編集部ひだまり
(0743-85-4196)までご一報くださいますようよろしくお願いします。

▽萌 後援会からのご案内

萌後援会は「社会福祉法人萌」の活
動を支援していただける皆様の募集し
ております。

主な目的は萌フェスタをはじめとした事
業の支援や寄付を行なっています。
会費の納入及び寄付の受付口座は
郵便振替 社会福祉法人萌後援会
00920-4-221824

後援会事務局(萌総務部内)
0743-54-0821(大東)

▽ハートフルこおりやま
精神障害者の社会参加をすすめる会

「障がいのあるなしに関わらず、誰
もが住みやすい街づくり」をすすめる
当会では、会の趣旨に賛同頂き、活動
に協力して下さる会員さん・ボラン
ティアさんを大募集しています!!年会費
は1口 500円(2口からお願いしま
す)です。

連絡先:会事務局 ふらっと内
0743-54-3977(桑原)

▽ひだまりクローバー
生駒精神障がい者後援会

第34回 こころの市民講座
コロナの2年どう過ごされましたか?
日時:3月5日(土)13時(受付)13時半~15時半
場所:生駒市コミュニティセンター4F会議室
内容:コロナ禍のストレスについてグループディス
カッション
参加費:無料
連絡先:ひだまりクローバー事務局
0743-73-1050(コミュニティスペースはなな)
新規会員募集中!

▽地域家族会の情報 新型コロナウイルスの影響で、各例会の開催が中止・延期など変更されています。
詳しくは、下記の各団体・お問い合わせ先にご確認ください。

詳細は まほろば会(NPO 奈良県精神障害者家族会連合会)

TEL:090-9213-2731 FAX:0742-51-5506 <https://nijironokaze.jimdo.com/>

名称	月例会	時間	場所	問い合わせ先	電話番号
さくら会 (大和郡山市周辺)	第3日曜日	13:30~	三の丸会館	会長関野	0743-54-6375
ひだまり会 (生駒市周辺)	第3土曜日	13:30~	市民活動推進センター ららポート	会長上村京子	0743-78-0885
西和家族会 (西和7町周辺)	第4土曜日	13:30~	王寺町やわらぎ会館	西村	0745-74-6203
すみれ会 (大和高田市周辺)	第3日曜日	13:30~	大和高田市中央公民館	三島	090-9889-7984
のぞみ会 (橿原市周辺)	第2日曜日	13:30~	県心身障害者 福祉センター	ぴあぼ〜と	0744-24-2020