

KSKQ

萌風香

2018 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.63 2019.1.15 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

世代を超えて出会える地域の拠点を作りたい



社会福祉法人 萌 理事長 吉川 郁子

旧年中は多くのご支援、ご協力をいただき、心よりお礼申し上げます。皆様のお力添えをいただき、社会福祉法人萌は創立以来 18 回目の春を迎えることになりました。

昨年の障害福祉サービスの報酬改定により、法人運営は厳しい状況が続いています。夢を持って取り組んできた事業は、体制の変更や縮小を余儀なくされ、利用者の皆様の生活にも影響を及ぼすのではないかと危惧しています。

私たちの仕事は、食事や住まいの支援など日々の暮らしに欠かせないものから就労への支援、どの支援にも繋がらずに苦悩している方へのはたらきかけ、そして互いに支え合うまちづくりなど広い範囲にわたります。いずれも時間と丁寧さが必要で昨今求められる効率化や成果主義とはかけ離れている事だらけですが、今年も地道に足元を見て支援の充実や地域の活動に力を入れてまいります。

今年の目標の一つに、大和高田市内の「えいびる」の建設があります。活動の機会を広げるとともに、小中学校とも連携してこどもたちが集まり、障害のあるなしや世代を超えて多くの人たちが出会える地域の拠点を作りたいと考えています。更なるご支援を心からお願い申し上げます。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。



教科書に「精神疾患」の項目復活 ～萌の取り組み・当事者の声を学校に～

2022 年度から高校の保健体育の教科書に精神疾患の記述が復活します。文部科学省が告示した新学習指導要綱に「精神疾患の予防と回復」の項目が設けられ、実に 40 年ぶりのことです。以前から地元小・中学校と協力し、精神疾患・障害の学習の機会を設けてきた萌の活動を紹介します。

高田エリアでは 12 年度から「子供たちにこころの病気・障害の正しい知識を伝えたい」との思いから近隣市町村の学校へ講演開催を働きかけています。その結果、香芝市で 16、17 年度に市内の小学校の児童対象に。18 年度は現場の先生方にも正しい知識をもって授業を行ってもらえるよう、教職員など学校関係者 40 名が参加して、「心の健康と病気」というテーマで講演を行いました。



生駒エリアでも、13 年から生駒市内の小学校 5 年生の施設見学を受け入れています。14 年からは併せて、学校に出向き障害当事者の体験発表を中心とした授業も行っています。終了後には小学生ひとり一人から、手作りの感想文と音楽会の招待状をもらい、交流を続けています。

私たちの取り組みは障害当事者の「生の声」から、精神疾患のことを知ってもらうことを大切にしています。障害当事者の「生の声」を聞くことで偏見にとらわれない機会となり、子供たちが心身の変調に早く気付いて自分を守ることに繋がっていくよう、今後も地道に活動を続けていきます。

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

ピアサポート 新たなつながりと学び

生駒市では今年度から「ピアサポート研修」が始まりました。市内でピア活動したい仲間が集まり講座と視察を行います。

講座は全4回終了。講師は、大阪府立大学の松田博幸先生、桃山学院大学の栄セツコ先生、フリーダム21の皆さんでした。内容は、心と心のつながりの大切さや、ピアが行うサポート、ピアカウンセリングの傾聴体験など。

先生と対話しながらの講座で、ピアサポートに大切なことを、自分の思いと重ね合わせながら学ぶことができました。

終了後には、振り返りとまとめを行い、次の視察研修に向けて話し合いを続けています。参加者から、「心と心がつながる大切さを感じた」「傾聴についてもっと学んでいきたい」など、たくさんの思いがあふれました。「一緒に活動していくグループとして名前を決めよう」と盛り上がっています♪



先生と語り合いながらの講義

今度こそ?! IKOMAサマーセミナー

本当は7月29日に開催されるはずでしたが、台風で延期となり12月なのにサマーセミナー。2回目となる今回も「こころの健康も大切に」という授業を受け持ち、体験談発表の新垣さんには、発病に至るまでや今の活動など講演していただきました。昼休みに購買部として、ひだまりの焼きそばパンと紙パック飲料等を販売しこちらも大好評でした。



購買部準備OK

地域移行研修会開催

日時：平成31年1月26日(土)
13:30~16:30

場所：北コミュニティセンターISTA はばたき
(生駒市上町1543番地)

内容：豊岡保健所柳尚夫所長による講演会。精神障がい者が住み慣れたまちで暮らしている取り組みについて学びます。

定員：150人(申込順)

費用：無料

対象：生駒市民、生駒市民の支援に関わる方

申込み：ファックスで氏名、電話番号、所属先を明らかにして、地域活動支援センターコスモールいこま(FAX0743-73-0907)

ライク通信

なら西和就業・生活支援センターライク 0743-85-7702

サイコロトークで本音をしゃべる

ライクでは精神障害のあるメンバーが安心して集い・語る場としてワーク&トークを開催しています。「働いている仲間に色々聞いてみたいけど、話すテーマが決まっていた方が話しやすい」ということで今回はサイコロトークをしました。

「仕事でのストレスを発散する方法」「他の人で休みの日ってどうしてるのかな」いろんなテーマ案が出てくる中でサイコロを振って出た目のテーマをみんなで話しました。参加者からは「ためになることを知れて良かった」と声が聞かれました。

郡山エリア

生活支援わーふらっと	0743-54-8112	地域活動支援わーふらっと	0743-54-3977
ふれあい工房	0743-54-6701	彩食キッチンBon	0743-58-5572
Bon Café	0743-55-7772		

大和郡山市家族教室 今年も開催



実践的な話しに熱心に聞き入る受講生

大和郡山市では毎年、精神障害者の家族に向けて家族教室を開催しています。

今年度は全3回の開催で、12月に行われた第2回目は、梅花女子大学瀧本優子教授から「精神障害のある人への関わり方」についての講演でした。

「上手なコミュニケーションをとるには、どういうやり方（表情や視線等）で表現するかが大切」とのお話があり、実際の場面でどのようにすれば良いのかを検討してみよう！ということになりました。

参加者からテーマを募って、良い声のかけ方や言葉の内容などについてグループに分かれて話し合いました。

その後、意見を発表し合い、それに対してのメリット・デメリットも出し合いました。

参加者からは「考えもつかなかった言い方。明日からやってみたい」との感想が多く聞かれました。

第3回の開催は、2月19日に大和郡山市民交流館にて「家族の体験談」を予定しています。詳しくは大和郡山市へお問い合わせください。

萌フェスタ間近！
「講演内容」が決まりました

笑いをチカラに

～落語から学ぶ精神障害～
落語家 またき亭いっぱい

詳しくは別途チラシをご覧ください。

きびしいー!! 外出後の荷物検査

「た」いいんしたいなあと思っている時ほど退院できない。

これは現在作成中の「精神科病院あるあるカルタ」の読み札です。

五条山病院の入院病棟デイルームへ『出張！ふらっとサロン』に行きはじめて1年以上が経ちました。

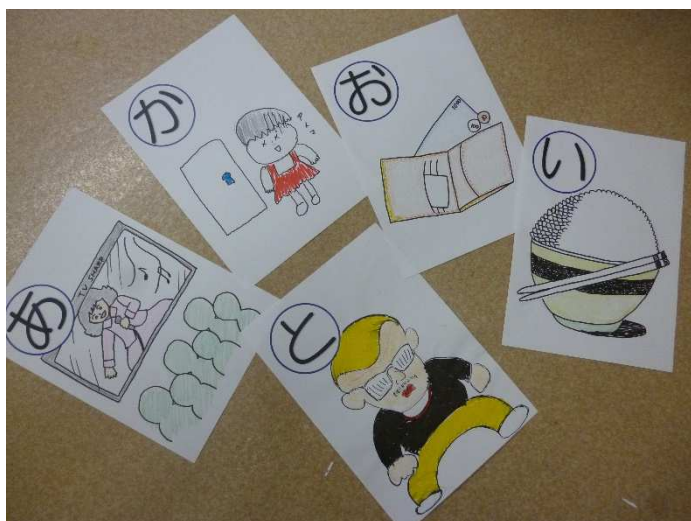
「形式ばった交流ではなく、“いつも通り”のふらっとの雰囲気をも病棟に運びたい」とはじめた緩やかな交流は、地域移行を目指すピア活動の一つにもなっています。

入院中の皆さんとも病棟ナースとも顔なじみになってきました。

このあるあるカルタづくりが出張サロンでスタートしたのは2018年2月のこと。

年始にカルタ遊びを企画したものの、肝心のカルタがふらっとになかったことがきっかけでした。「ないなら作ってしまおう!」と、精神科ユーザーだからこそ知るあるあるをみんなで出し合ってきました。

いよいよ完成間近! 2019年2月、萌フェスタでお披露目予定です! お楽しみに♪



絵札作りも楽しく「あるある」してます

西和エリア

生活支援ゆーぽると・ベル	0745-43-5541	地域活動支援ゆーまーぶる	0745-75-6545
らそら	0745-70-1577		

地域とともに 地域に巻き込まれながら

西和エリアでは、平成 30 年も地域の皆さんと一緒に様々な活動に取り組んできました。地域の一員として自然な形で自分たちのことを知ってもらい、かつ地域を盛り上げればという思いを目的として活動を行っています。

秋に取り組んだ 2 つのイベントを振り返りたいと思います。

「トリック・オア・トリート」 ～昭和町自治会ハロウィンイベント～

斑鳩町創業支援センター「ふらっぴん♪」で利用者・職員が子どもたちがくるのを待っています。

しばらくすると、仮装した子どもたち、親御さんが来られます。私たちも様々な仮装をして子どもたちとふれあいます。

私たちの事業所の地区「昭和町自治会」の子供会主催が毎年行っている「ハロウィンイベント」。私たちは今年は 2 回目の参加です。ふらっぴん♪内はいっぱいの子どもたちであふれました。

「仮装することで、いつもと違う自分を感じた」と話す利用者。自



ふらっぴん♪は仮装した大人・子どもでいっぱい

治会の皆さんに喜んでもらえたことは、私たちにとって何よりもの財産です。

より多くの人と楽しいひとときを ～西和ふれあい祭り～

今年で 8 回目となった「西和ふれあい祭り」。毎年事業所の建物近辺で行っていましたが、斑鳩町はじめ、西和 7 町の多くの人に知ってもらうために、今年は斑鳩町中央公民館で 11 月 25 日（日）に実施しました。



舞台上には斑鳩町のパゴちゃん、三郷町のたつたひめの姿も

日頃地域で活動している皆さんの発表、消防車展示、ジオラマ、手作りのおもちゃで遊んでもらえる「キッズ・スペース」。また、地域のお店が祭りで出店してもらえるということでの模擬店もあります。また、多くの地域のボランティアの皆さんにも支えられ、当日は約 250 人の来場者がありました。

多くの皆さんと協力して開催した「西和ふれあい祭り」。一緒になって盛り上げられることで、私たちも地域の一員なんだという自信にもなっています。

地域の一員として、地域に巻き込まれながら、これからも活動を続けていきます。

グループホーム

楽都 もえぎ館 みらい館 彩友館 メゾン高田 榎ノ木ハウス>グループホーム事務所 0743-85-4112

秋の行楽・冬のイベントにみんなでワイワイ！！

グループホームでは、秋から冬にかけて各所でイベント満載でした。みんなで秋の紅葉狩りに出かけたり、ハロウィンや地元のイベントに参加したり、クリスマスケーキ作りや初詣など、にぎやかな秋・冬を過ごしています。

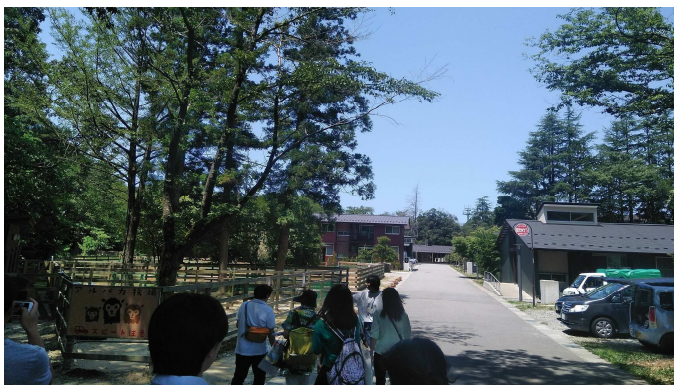
まだまだ寒い日々が続いてはいるいけれど、これからもみんなで色々な所に出かけていきたいです。春になったらお花見かな・・・♪

高田エリア

生活支援ゆなっつ	0745-23-7214	地域活動支援ゆなっつ	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	咲咲(ささ)	0745-53-2233
あっとほーむ香芝	0745-44-8023		

「戦略的」まちづくりを学べ！ ～職員視察研修より～

エリアでの活動をよりよくするため、また結束を強めるため、高田エリア職員は先進地視察ツアーを実施しました！ 8 月と 12 月の二班に分かれて、特急サンダーバードに乗り込み石川県へ。社会福祉法人佛子園が運営する「シェア金沢」や「西園寺」などの施設見学です。



♪シェア金沢見学中

11,000 坪（野球場 3 つ分！）の広大な敷地に、高齢者施設や児童入所施設、全天候型グラウンド、ジャズの流れるバーやタイ古式マッサージ店などが一つの街を形成するシェア金沢。中心となる建物には天然温泉があり、街の近くに住む大人も子どもも毎日のように通います。



♨️市民の名前が入った入湯札(シェア金沢)

一角にはアトリエ付きの学生住宅。そこに住む美大生が、隣の高齢者住宅に住む人の話し相手になります。その高齢者も売店のレジに立ち、お客さんを出迎えます。元気に道を歩いているのはクリーニング店で働く障害のある人です。職員の方から説明を聞いていると、そうした光景の裏側には、とてもよく練られた「しかけ」があることが分かってきました。住人どうしの通る道が重なるように計算された設計。街じゅうにある、ちょっと一息つきたくなる木陰。『私がつくる街』『ごちゃまぜ』という言葉キーワードに、「シェア金沢の内外で暮らす人みんなが自然につながる」たくさんのしかけが考えられていたのです。



☺️憩いの場所&売店



📖シェア金沢のレストランから見た町並み

シェア金沢で大切にされている『ごちゃまぜ』という言葉と、萌が大切にしている理念「誰もが生き活きと自分らしく」には通じるものがあると感じます。「金沢はすごかったね」で終わらせず、学んだことを高田エリアでのまちづくりにどう活かすかが重要です。近年の萌のテーマである「地域にまきこまれる」をさらに実現していくため、高田エリアはさらに議論と実践を続けていきます！！

檀原エリア

生活支援わーびあぽ〜と	0744-24-2020	地域活動支援わーびあぽ〜と	0744-24-2070
生活支援わーびあぽ〜と	0744-32-7753	ひなた舎	0744-32-7745
Pit八木	0744-21-5666		

視察研修

檀原エリアでは、昨年度から先進地への視察研修を行っています。今年度も 11 月に広島県福山市鞆町へ行きました。鞆町は、古くから風光明媚な場所として有名で、近世まで交易で栄えた土地です。また、最近では「崖の上のポニョ」の舞台になったことでも有名です。



来た、見た、学んだ！～鞆の浦の地域包括実践～

鞆の浦では、介護施設の『さくらホーム』と保育所跡を再活用している地域交流センターにお邪魔しました。

案内をしてくれたのは、さくらホームの羽田さんと、地域交流センター稲葉さん。鞆の浦地域は、高齢者や障害者、児童など援助の必要な人を含めてコミュニティ全体が暮らしやすくなるためにはどうするのか、ということを含括的に考え実践されているところです。

お二人の話を聞く中で印象的だったのは、必ず主語に「鞆の浦の～」を付けておられたことです。自分の所属でもなく、対象とする分野でもなく、コミュニティそのものを主語におく。そして、所属も分野も異なる人たちが話をする。

これが、地域福祉実践のあるべき姿なのだと感じました。

また、福祉団体としてコミュニティに参加するための作法も学びました。「地域を変えていこう」「新しいものを作ろう」という意識ではなく、「あるものを使う」ことの大切さ。すでに存在するコミュニティの人間関係も使わせてもらう。そのうえで、地元の人と共に成長する意識が大切なのです。

私たちは、商売をして利益を生むために働いている訳ではありません。コミュニティ全体の発展のために働いているんだ、ということを強く学んだ一日でした。

ここでは、学んだことの全てをお伝えすることはできませんが、視察研修を通して、私たちも成長できたと実感します。

是非お越しください！

平成30年度 檀原市精神保健福祉普及啓発事業

こころの声きこえていますか？

2018 IN かしはら…つばさをつけて、その声に

主催 檀原市 / 社会福祉法人萌

日時 2019年1月19日(土) 11:00~16:00

会場 奈良県檀原文化会館 小ホール&会館前広場
檀原市北八木町3丁目6-5-5 近鉄線 大和八木駅北口を東へ徒歩3分
(会場には駐車場はありません。電車・バス等公共交通機関をご利用の上お越しください)

精神疾患は、誰でもかかる可能性のある病気であるにもかかわらず、マイアスイメージが先行し、つい他人事と見えられがちです。
市民の理解に精神疾患や障がいに関する正しい知識や情報を広め、理解をすすめていただくことを目的として本イベントを企画しました。

(小ホール) 13:00~16:00

13:00~13:10 オープニングセレモニー

13:10~13:40 演奏 檀原市立八木中学校 吹奏楽部

14:00~16:00 講演 児童・思春期のメンタルヘルス 姜 昌 毅 先生
きょうこころのクリニック精神科医
事前申し込みは不要です。
手紙・要約筆記があります。

(会館前広場) 11:00~14:00

おいしいものたくさん作って
商工会&福祉団体による出店
待ってます！

ゆるキャラ
こだいちゃん&さらちゃん
ミニ鉄道
無料 豚汁でおもてなし！
子供たちが楽しめるブースたくさん用意しました。

後援(予定) 奈良県 高取町 明日香村 奈良県中河内郡 檀原市 高取町・明日香村地域生活支援協議会 檀原市工芸館
NPO法人なやたの会 奈良県精神障害者家族会連合会 檀原・高取・明日香・高取・高取地域精神障害者家族会
奈良県精神科ソーシャルワーカー協会 奈良県精神障害者地域生活支援協議会 (協賛)

お問合せ 社会福祉法人萌 地域活動支援センター(若原) 檀原市久米町906-2 ☎0744-24-2070

さくらんぼ便り

シリーズ さくらんぼの風景

きれいな流しが嬉しい。ごはん炊いてみようかな

もともときれい好きな A さん。うつ病を発症してから、気力がわかず仕事も辞め、自宅で、過ごす日々でした。流しにはうずたかく積まれた食器の山。ヘルパーが週 1 回訪問し、掃除機をかけ、流しを片付けます。その繰り返し。1 年も続いた頃、「気になってもできないことが苦しくて涙がこぼれる日々もあったけど、部屋の隅に掃除機をかけてもらえて本当に嬉しかった」とぼつり。「ごはんたいてみようかな」と炊飯器に手をのばされたのでした。

ホームヘルプステーションさくらんぼ 0743-54-0800

◆◆◆ 2018 年(平成 30 年)エリア三大ニュース ◆◆◆

生駒エリア ・いこまいい街にぎわいフェスタ 初の室内開催 ・生駒市委託事業でピアサポート講座実施 ・コスモール15周年茶話会大盛況	郡山エリア ・柳神くんまつりこども広場が大成功 ・感謝の気持ち☆ハートフルカレー交流会 ・フレッシュ！新任スタッフがエリアで4人配属
西和エリア ・創業支援センター「ふらっぴん♪」の運営が始まる！！ ・地域をより盛り上げるために西和ふれあい祭りを斑鳩町中央公民館で開催。 ・ハートランドしぎさんの交流会を病院で行えた！！	高田エリア ・念願のオータムズ 決勝リーグ進出 ・職員視察で佛子園に行きました。 ・去年は雨で中止！！ 今年は開催できました『清掃イベント』
檀原エリア ・びあぼ〜と1階サロンが新しくなりました！広くて、過ごしやすいです♪ ・今年の1月から普及啓発事業は、お店も出してにぎやかになり、大勢の方々に来ていただきました！ ・広島県鞆の浦への視察研修	広域エリア ・各エリアにてグループホームでの生活の様子についての講演が増えた！（GH） ・仕事帰りに立ち寄れるサロン機能の充実、来所者アップ！（ライク） ・利用者100人突破！電話対応も増えて“むおーん”大活躍！（さくらんぼ）



「地域に巻き込まれる」とは

「萌の全体像を把握し、法人職員としての意思統一を図る」ことを目的として年2回、法人職員向けに全体研修会を開催しています。

今回の大きなテーマは「地域に巻き込まれる」実践について6エリア部長からの発表がありました。

私たちの考える「巻き込まれる」という言葉は、「地域と一体化すること」「私たちの主張を伝えて変わってもらうのではなく、ともに変わっていく姿勢を大切にする」ととらえています。



自治会の活動に積極的に関わる、日頃の人との付き合い、こちらから地域の活性化を目指していくイベントを実施するなど、各エリアによって様々な活動を行っています。そこで地域も私たちも互いにわかり合えることで、私たちの理念である「誰もが生き活きと暮らせる心豊かな社会」につながることを痛感しました。つねに地域とともにこれからも実践していきます。



▽「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を募集しております。

主な目的は萌フェイス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)

▽生駒精神障がい者後援会

ひだまりクローバー

生駒市の施設を利用する精神障害者への財政的支援 (交通費など) と、啓発活動 (トーク&ライブひだまり、こころの市民講座など) をしています。

年会費 一口2000円から。

新規会員募集中!

連絡先: コスモールいこま

0743-73-0900

▽ハートフルこおりやま

(精神障がい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 (篠田)

▽さくら会 (大和郡山地域家族会)

*基本的に第3日曜日

時 間: 13:30~

場 所: 三の丸会館

連絡先: ふれあい工房

0743-54-6701

▽ひだまり会 (生駒地域家族会)

*基本的に第3土曜日

時 間: 13:30~

場 所: 市民活動推進センターからポート

連絡先: コスモールいこま

0743-73-7000

▽西和家族会 (地域家族会)

*基本的に第4土曜日

時 間: 13:30~

場 所: 王寺町中央公民館

連絡先: ぽると・ベル

0745-43-5541

▽すみれ会 (葛城地域家族会)

*基本的に第3日曜日

時 間: 13:30~

場 所: 大和高田市中央公民館

連絡先: なつづ

0745-23-7214

▽のぞみ会 (地域家族会)

*基本的に第2日曜日

時 間: 13:30~

場 所: 県心身障害者福祉センター

連絡先: ぴあぼ〜と

0744-24-2020

萌で働きませんか?

~求人専用ホームページを開設しました~

PC、スマホから簡単に応募ができるようになりました。QRコードか下記URLよりアクセスできます。

<https://job-gear.jp/moe/index.htm>



★ 萌風香の購読について ★

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、萌の事業所利用者以外の方で「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、お手数ですが必ずひだまり 電話: 0743-85-4196 までご一報ください。よろしくお願いいたします。

第28回こころの市民講座「発達障がい?」

日時: 2月9日(土) 13:30~16:20

場所: 生駒市コミュニティセンター 4階会議室

講師: 飯田順三先生 (奈良県立医科大学教授)

コーディネーター: 神澤創 (当会代表/帝塚山大学心理学部大学院教授)

発言: 発達障がい当事者の会代表

発達障がいの方のお母さん

参加費: 無料 (申し込み不要/先着80名)

共催: 生駒市

問い合わせ: コスモールいこま (0743-73-0900)