

# SSKP

〈精神に障害のある方の気軽な相談場所・交流の場〉

## 地域生活支援センターあさやけ通信

# 「風」

# 4月号



社会福祉法人ときわ会 地域生活支援センターあさやけ

〒187-0031 小平市小川東町 4-2-1 小平元気村おがわ東 1階  
TEL(相談用)042-345-1741 (事務用)042-345-2077  
FAX 042-345-1734  
E-mail kaze1741@asayake.or.jp  
ホームページ [http://www.asayake.or.jp/center\\_asayake.html](http://www.asayake.or.jp/center_asayake.html)



## ～精神保健福祉を考えるつどいが開催されました～

令和6年2月10日(土)精神保健福祉を考えるつどいの一般公開が4年度ぶりに開催されました。

※前回の2020年度は関係団体向けの会の開催

小平地域業務連絡会(通称、業務連)では、昨年度より「ピアについて」というテーマで検討してきましたが、今年度、ようやく形になりました。当日は関係者も含め、112名の来場者がありました。来場した当事者やご家族、一般の方は47名で約半数となりその関心の高さを感じました。

業務連ではあえて、「ピア活動」を前面に出してつどいをするより、「小平で活躍している当事者」にスポットを当てました。実行委員会では、小平で活躍している3人を交えて検討していき、つどいのタイトルは、「自分らしく生きる」で、サブタイトルは「～当事者として・当事者といきる～」となりました。

ゲストコメンテーターには、法人内でピアサポートに取り組んでいる、さいたま市にある「やどかりの里」職員の大澤さんと、ピアサポーターの佐藤さんを招きお話をいただきました。

大澤さんからは、「ピアについて」のわかりやすい説明があり、佐藤さんからは、ピアサポーターならではの悩みなど、とても具体的な話がありました。中でも印象に残ったのは、「現場にピアがいればいい」ということではなく、「ピアがいる強みをどう生かすか」を考えないと、つつい現場にピアがいればいいという考え方に偏ってしまう。ピアは「体験のある新たな専門家」と言われている存在で、精神保健福祉の活動に欠かせない存在だと思う。障害のある人の権利を守っていくには、ピアサポーターの権利を守っていくことも大事だし、サポーターを通じて相手の権利を守っていくことも大事なので、ピアは大事なキーパーソンである。というお話でした。

2部では、小平で活躍する3名のリカバリーストーリーがあり、これまでの病気での苦労や、自分を取り巻く環境の変化など話していただき、その状態から転機があり、さまざまな人との出会いがあって、今の環境に至るまでをそれぞれの実体験をもとに話されていました。

3部では、登壇者に加えて、一緒に働いている職員も交えての話になりました。最後のまとめでは、「この仕事には答えやマニュアルがない、だからこそいつも職員と、ピアサポーターで話合っていく必要がある。ピアサポートは人生にかかわる仕事、自分たちの強みや弱み、人生経験が本当に活かされていると感じている。その反面、自分の立場からさまざまな葛藤をもってきたこと。それを一緒に働く職員や、同じピアなかと相談し共に考えている。」などお話しいただきました。

今回のような一人一人のリカバリーストーリーが他の誰かの力になっていくのだと、つどいに参加して改めて感じました。

## 支援センター活動報告

### ■女性の交流室・女子会■



毎週金曜日 12時～14時の交流室は、女性の方が利用できる時間です。

第3金曜日 13時～14時は、簡単な物を作成したり、散歩したり、女性のプログラムの時間です。



2月16日(金)の女子会では、紙粘土細工を行いました。ハートや猫ちゃん、熊ちゃん、それぞれ好きな型を採り、ビーズで可愛くデコレーションしました。最初は「難しいよ。」「できないよ。」と声が上がっていましたが、作業を始めるとみなさん真剣に取り掛かり、「かわいいね!」「上手いね!」と楽しそうに作成していました。乾いたら色付けをして仕上げる予定です。

### ■音楽の時間■

※毎月第3火曜日 13時30分～15時に行なっています。



森山直太朗さんの「さくら」を歌いました。

「聞いたことあるけど、難しいよ。」「歌うと難しいな。」と、みなさん恥ずかしそうでした。

最初は、声が出ていませんでしたが、何回か練習を重ねると、とても上手に歌えるようになっていました。みなさん素晴らしいですね!そして、身体も動かすために、♪マツケンサンバ♪も踊り、楽しい音楽の時間になりました。

## 支援センターのお知らせ



4月の始めにお花見を予定しています。

桜の開花に合わせ、詳細については3月中に交流室にてお知らせします。お楽しみに!!

## ■職員会議のため電話相談・面談お休みのお知らせ■

4月から職員会議を毎月第4木曜日の午前中に行います。  
毎月第4木曜日の午前中 10時～13時まで、電話相談・面談はお休みです。  
よろしくお願いいたします。



### ●4月の職員会議●

4月25日(木) 午前10時～13時

## ■登録更新のお知らせ■

### 【2024年度登録更新について】



『年間登録料』は2023年4月より不要となりました。  
※センターの活動において自己負担が必要な場合にその都度徴収いたします。  
※活動に関わる保険はセンター経費で加入します。  
これまでと同様の加入保険の範囲で補償いたします。  
今年度も支援センターあさやけを利用される方は、更新手続き（面接・要予約）が必要です。

■更新期間 4月1日(月)～7月31日(水)

■予約受付開始 4月1日(月)から

**※一日の予約件数を限らせていただいた際の予約受付になります。期間内にご予約ください。**

※当日予約なしの場合、手続面接を後日に設定させていただく場合があります。

※更新を希望されない方は、お手数ですが、電話・来所にて職員までご連絡ください。

## ■風の会よりお知らせ■



### 【2月のお知らせ】

※毎月第4木曜日 14時～14時半に行なっています。

風の会は、みなさんと来月の予定の確認をしたり、センターをよりよく利用するために、みなさんの意見交換をする場です。ぜひご参加ください♪

- ・空の麦茶が冷蔵庫に入っている。
- ・スリッパを履き替えずに外に出ている。  
意見がありました。  
交流室を気持ちよく利用していただくために、皆様のご協力をお願いいたします。

メンバー学習会で知りたいことや学びたいこと、プログラム活動でやってみたいことがありましたら、ぜひ職員まで教えてください！お待ちしております。

# 地域生活支援センターあさやけ

<相談> 月～金 10時～18時  
土 12時～18時

<交流室> 月～土 12時～17時50分

2024年

4月

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5 12:00～13:50 女性の交流室	6	7
8	9	10 10:30～11:30 女性のための ・・・書道	11	12 12:00～13:50 女性の交流室	13	14
15	16 13:30～15:00 音楽の時間	17	18	19 12:00～13:50 女性の交流室	20 13:30～ 16:00 サタデー ひだまり	21
22	23	24 10:30～11:30 女性のための ・・・書道	25 午前中は職員会議 電話相談・面談休み 14:00～14:30 風の会 14:30～15:30 ピアサポートなかま会	26 12:00～13:50 女性の交流室	27	28
29 昭和の日 開所日	30	※毎月第4木曜日は職員会議のため、10時～13時まで電話相談・面談はお休みです。				

プログラムマークのものは事前予約が必要です。

## <通常プログラム>

- 風の会 ・14時～14時半 センターからのお知らせ、報告会。
- 女性のための書道 ・10時半～11時半 参加費50円。書道を楽しむ会。
- 女子会 ・13時～13時50分 月に1回程度、女性の交流室と合わせて行います。
- ピアサポートなかま会 ・14時半～15時半 テーマに沿って、なかま同士が気持ちや体験を話し合える場。
- 音楽の時間 ・13時半～15時 楽器を演奏してみたい方の持ちこみもOK。  
広い会場では距離をとりながら歌もうたいます。聴くだけの参加も大歓迎です。

## <臨時プログラム>

- ◆スポーツ ・13時半～15時 元気村体育館にて卓球、バドミントンなどを楽しめる範囲で行っています。

