

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」

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)



# 1月号

### 今年度のつどいは「ささえあい」がテーマで開催されました

小平地域精神保健福祉業務連絡会主催の毎年1回の市民啓発イベント“精神保健福祉を考えるつどい”が11月に開催されました。昨年に引き続き、「ピア」をテーマに企画が進む中、小平には当事者と職員が横のつながり（パートナーシップ）で事業を運営するクラブハウスはばたきがあるということで、クラブハウスモデルに再注目されました。テーマは「ともにささえ、ともに生きる」、サブテーマは“クラブハウスの実践から考える”でした。

当日は、日本でクラブハウスの認定を受けている事業所が集まり、「支えあい」の実践に注目しました。

中部学院大学の加藤先生より、クラブハウスの話がありました。『クラブハウスの事業所では基本、空間的にもメンバーとスタッフが分かれていなくて、スタッフだけのミーティングも原則ない。職員と利用者が上下の関係でなく、横並びの関係（side by side）にあることが特徴。横並びは、時に前に出ることあれば下がることもある。一緒のところで働いているから、柔軟性のある関係性になっている。それがクラブハウスのスタッフとメンバーの関係である。』クラブハウスの基本的な施設の中身は、ほかの事業所と変わりません。現在の総合支援法では、「利用者に来てもらわないといけない」という部分が強いですが、クラブハウスでは来る権利もあれば来ないということも当然大事にしています。その感覚は、今の時代だからこそ必要な考え方だと感じました。

また、板橋のサンマリーナが、「一人ぼっちにならないさせない。」を合言葉に行っているユニット活動に「友愛訪問活動」があります。訪問や面会に加え、寂しいときはいつでも電話していいとかメールしても良い。時には昼食や夕食を一緒に食べる。などが行われていて、「大変な時に支えてくれた。」と感謝される支えあいの活動も魅力的でした。

後半の当事者発表の場面では、支えあいをテーマにいろいろな方から発表がありました。

ある方は、「迷惑をかけてもいいんじゃないかと。」と話し、「誰にも相談できないで死ぬくらいなら、誰かに迷惑をかけて、今日明日を生き延びよう。誰かに迷惑をかけた分、誰かに親切にすればいい。」と話されていました。

また、別の方は、「精神的につらく眠れない日々が続いたときに、いつものメンバーがいることで支えられた。」また、「ちょっと聞いてよと言っていいんだよ。」という言葉に救われたなど、発表にはそれぞれの心に響く言葉がたくさんあったと思います。

## 支援センター活動報告



### ◆女子会・クリスマスリース制作◆



11月15日(金)の女子会で、クリスマスリース作りをしました。  
ワイヤーにポンポンを通す作業が大変そうでしたが、色とりどりの素敵なクリスマスリースが出来ました。  
「かわいいね!」とみなさん嬉しそうでした。

## 支援センターからのお知らせ

### ◆職員お休みについて◆



この期間お休みをしていた山岸さんですが、産休のお休みに入りました。  
しばらくの間お休みになりますが、山岸さんが復帰して会える日を楽しみに過ごしましょう!

### ◆職員の紹介◆



新しく入職した非常勤職員の紹介です。  
月・水・金で勤務しますので、たくさん話ししてくださいね!



初めまして!

11月からあさやけで働くことになりました。半谷(はんがい)です。  
音楽が好きで、ライフワークとしてピアノとクラリネットを楽しんでいます。みなさんと楽しい時間を過ごせたらと思っています。  
どうぞよろしくお願いいたします。



### ◆交流室の大掃除◆

●下記日程2日に分けて、年末の大掃除を行います。

日時:12月19日(木) 14:00~15:00

12月24日(火) 15:00~16:00

気持ちよく新年を迎えるために「みなさんの交流室」をきれいにしましょう!  
ご協力お願いします!!



## 支援センターからのお知らせ



### ◆年末年始のお知らせ◆

**年末12月29日(日)～新年2025年の1月5日(日)までお休みです。**

交流室は閉所です。

相談電話、面談もお休みとさせていただきます。

年内は12月28日(土)まで開所します。

年明けは1月6日(月)から通常通り開所です。

どうぞよろしくお願いいたします。

### ◆電話相談・面談お休みのお知らせ◆

#### ●1月の職員会議●

1月23日(木) 午前10時～13時

職員会議は毎月第4木曜日の午前中に行っています。

毎月第4木曜日の午前10時～13時まで、電話相談・面談はお休みです。

### ◆閉所日のお知らせ◆

1月28日(火)

職員研修のため、一日閉所日となります。

### ◆初詣に行きましょう◆

**日時:1月6日(月) 14:00～15:00**

**場所:八坂神社**

**集合:** 一緒に行く方は、14時にあさやけ交流室に集合してください。

現地集合の方は、14時30分に八坂神社に来てください。

**申込み:** 12月19日(木)から交流室内掲示板に申込用紙を掲示しますので、参加希望者は名前を記入、または、電話にて受付ます。



### ◆おしるこを食べよう◆

**日時:1月30日(木) 14:00～15:00**

**場所:交流室**

**参加費:** 150円

**申込み:** 1月14日(火)～1月21日(火)まで参加申込みを受け付けます。

交流室内掲示板の申し込みに名前を記入、または電話にて受け付けます。





2025年

月	火	水	木	金	土	日
29	31 大晦日	1 元旦	2	3	4	5
閉所日						
6 10:30～11:30 女性のための書道 14:00～15:00 ☎初詣(詳細は3P)	7 参加の方は予約 をお願いします。	8	9	10 12:00～14:00 女性の交流室	11	12
13 成人の日 閉所日	14	15	16	17 12:00～14:00 女性の交流室	18 13:30～16:00 サタデーひだまり	19
20 10:30～11:30 女性のための書道	21 13:30～15:00 音楽の時間	22	23 午前中は職員会議のため 電話相談・面談はお休み 14:00～14:30 風の会 14:30～15:30 ピアサポートなかま会	24 12:00～14:00 女性の交流室	25	26
27	28 職員研修の為 閉所日	29 参加の方は予約 をお願いします。	30 14:00～15:30 ☎「おしるこ」 を食べよう (詳細は3P)	31 12:00～14:00 女性の交流室		

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> 感染予防対策を徹底し時間を短縮したうえで、下記のプログラムを再開します。

- 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～14時 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 こだいら元気村体育館にて  
卓球、バドミントンなどを楽しめる範囲で行っています。

