



Let's talk together!

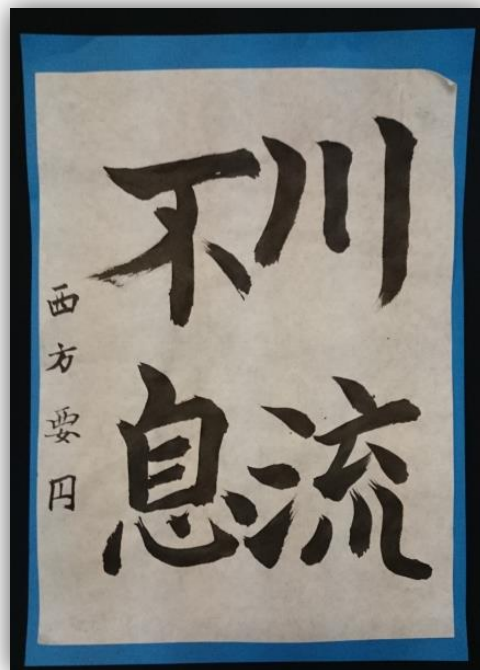
メンタル通信

発行：社会福祉法人長岡メンタルヘルス協会

〒940-2033 長岡市上除町甲105-22

TEL・FAX 0258-46-3116

(平成26年12月発行)



作：西方要圓（グループホーム上除寮メンバー）

～ 目次 ～

- | | | | |
|------|------------------|--------|-------------------|
| P 2. | 与板寮の建設について | P 5. | グループホーム 虹 活動報告 |
| P 3. | 法人行事報告（めんたる祭） | P 6-7. | コスモス 活動報告 |
| P 4. | グループホーム 上除寮 活動報告 | P 8 | 今後の予定、事務局だより、あとがき |





与板寮の建設について

社会福祉法人長岡メンタルヘルス協会
理事長 服部潤吉

今年8月、グループホーム建設の補助金がようやく決定し、与板寮の開設に向けて本格的な動きを始めました。10月8日、地鎮祭がおこなわれ、来年4月の開設をめざし工事が進められています。

2003年に上除寮を開いたとき私たちが考えたことは、病院ですごす人生でなく、町の中で暮らすということ、生活の支援があれば豊かな暮らしはできるはずだ、ということでした。10年を経た今もこの思いは変わっていません。この10年間、障害者自立支援法から総合支援法へ、そして退院支援が叫ばれてきました。しかし、制度は変わったにもかかわらず、多くの人たちは、いまだ病院に埋もれています。またそこでは以前より管理が進行しているように見えます。

また、グループホームにもいくつかの変化がありました。メンバーの何人かが他の病気になったり、要介護状態になったりしています。また、再入院をした後も病状がなかなか回復しない方もいます。スタッフもなかなか苦労しています。

今後、与板寮でも、より困難な人たちを受け入れていくことが課題となるでしょう。精神以外の障害を持つ人たちの受け入れも検討していかなければなりません。忘れてはならないことは、あたりまえな生活を保障するということであり、そのためにメンバーとスタッフが一緒に希望と苦労をともにする場所を創っていくということです。





長岡メンタルヘルス協会

●めんたる祭 (10月19日)

昨年より開催された「めんたる祭」。約80名の方が参加してくださいました。

今回はメンバーによるドラム演奏、キーボードやブルースハーブ演奏、岩室マンタ様によるケーナ演奏、生オケ等盛りだくさんの出し物で会場を盛り上げて頂きました。恒例のバーベキューも今回はメンバーが火おこしから行い、楽しみました。焼きそばも屋台のようにメンバーが出来たてを提供しました。

虹ホールは展示会場にし、メンバーの習字や写真、メンタルヘルス協会の歴史等を展示しました。メインイベントとしてくじ引き抽選会を行い、賞品が当たったメンバーはとても喜ばれていました。メンバーもそれぞれの役割をこなし、滞りなく終えることができました。



「めんたる祭の司会を務めて」

大里賢一さん

昨年に続き、2度目の司会だった。

楽しい時間を作ってくれた理事長をはじめ、職員の皆様方にお礼を申し上げます。が、どうも自分がマンネリぎみで、皆さんに申し訳ない気持ちでした。

ちょっとした事ですが、もう少し時間をかけて上除寮、虹、コスモスのメンバーそれぞれの要望を入れたらよいと思います。

来年は、メンバー全員参加でメンタルヘルス協会をもっと盛り上げる内容にしましょう。それと、時間も夕方ではなく、昼間が良いと思います。メンタルヘルス協会のメンバー同志や職員さん達との交流を深める内容で行ったらどうでしょうか。





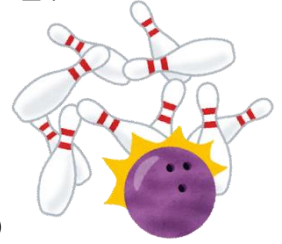
グループホーム 上除寮

●創立記念日 （9月8日）

今年の上除寮の創立記念はボーリング大会に決まった。僕は、ずーっと昔、母と1回行っただけのように思い、できるかどうか不安だった。

ボーリングは、職員さんに入ってもらい、3チームに分かれた。僕は総合点では2位、1位は大里さんで賞品をもらった。2位には賞品がなかったが、こんなにいい成績が出ると思わず、楽しかった。

（山田康司さん）



●防災訓練、大掃除 （11月11日）

長岡市消防署の立会いの下、防災訓練を行いました。

訓練は夜間を想定して行われ、真剣な表情でメンバー同士協力しながら、避難は元より、火災発見時の対応や消防への通報、車椅子誘導などの訓練に取り組みました。また、水消火器による消火訓練も体験することが出来ました。消防署の方より、訓練の講評と火災予防、避難等についての講話をいただき防災訓練を終えました。

防災訓練後は、全員で食堂や談話室、洗濯場の共有スペースを大掃除。雑巾を使って隅々まで磨き、少し早いですが一年の汚れをきれいに落としました。

大きな声で「火事ですよ」と言ってもらえたので、すぐに部屋から避難できた。水消火器の訓練は良い勉強になった。初めてだったが、消防の人が親切に教えてくれたのでうまくできた。大掃除の後にみんなで食べに行ったラーメンが美味しかった。

（春日信夫さん）

“火事は怖い”と改めて分かった。

（Mさん）



消火器訓練で、ちょっと間違えてしまったけれど勉強になって良かった。消防の人が親切に指導してくれた。大掃除では、洗濯機や乾燥機を拭いたらさっぱりし、清潔になって良かった。

（山田康司さん）





グループホーム 虹

●ワイワイランチ in つるりん房 (7月29日)

毎月最終火曜日に行っているワイワイランチ！！

普段は虹ホールにてメンバーと一緒に焼きそばや焼うどん等をホットプレートで作り、お昼をみんなで一緒に食べています。

今回は近くにある「つるりん房」が新たにオープンしたとの事で、皆さんで食べに行きました。外にあるテラスを予約し、美味しい“かき揚げザルそうめん”を頂きました。



- かき揚げが出来たてでおいしかった。
- 水がおいしかった。
- 外のテラスで天気も良くてよかった。

●一泊旅行 in 伊香保 (9月)

今回は、メンバー全員参加でした。天気にも恵まれ楽しい旅行でした。

1日目は世界遺産に登録された富岡製糸場を見学。案内のガイドは利用せず、服部理事長の案内で見学してきました。その後、水沢観音を見学。自由散策を行い観音様をお参りしたり、お土産を購入したり、六角堂にて内部に入り回転しながら六地藏尊をお参りしたりと、それぞれの時間を過ごされました。

宿泊は「ホテル松本楼」。温泉は最上階にある露天風呂に入り、夕食はバイキングではなく一人一人準備された食事を頂きました。食後は夜の温泉街を少し散策したりして過ごしました。

2日目は伊香保の観光スポットでもある石段を散策し、その後群馬サファリパークへ。観光バスにてパーク内をまわり、ウォーキングサファリゾーンでは、バスから降りて近くで動物を見学。迫力ある動物を間近で見ることができました。

- 楽しかった。
- ごちそうがいっぱい食べれて腹いっぱいになった。
- 動物がかわいかった。
- みんなで行けてよかった。





指定障害福祉サービス事業所（就労移行支援・就労継続支援B型・日中一時支援）

創造工房コスモス

●十五夜祭り（9月12日）

踊り始めに雨が降って残念でした。

（小山良樹さん）



●ふれあいときめきまつり（9月20日）

柴田さん・池田さんと頼りになるパートナーと、少し不安のあるぼくの3人で総合司会を務めた。当日は、今だから言えるけど、口から胃がとび出すくらい緊張した。

本当に不安だった。「早口でしゃべらないように」と職員さんに言われたので何とか司会の進行で務めることができた。また、職員さんやメンバーさんにやってもらったおどりもぼくの緊張をやわらげてくれた。本当に人生に残る大仕事だった。とても緊張したが、とても楽しいふれあいときめきまつりだった。みなさん、本当にご苦労様でした。柴田さん、池田さん、司会お疲れ様でした。

（ひぐちまさやさん）

おどりが楽しかった。ジャグリングがよかった。

（小熊翼さん）



●一泊旅行 ～日光・鬼怒川温泉へ～（10月14日～15日）

台風の中、ぶじに行ってこれて良かったです。

（笠原良仁さん）

今年の一泊旅行は日光に行ってきました。けごんの滝や日光東しょうぐうなど、すばらしい所に行ってきてとてもたのしかったです。また、えん会ではカラオケで盛り上がり、とてもたのしかったです。また行きたいです。

（桑原正敏さん）





今回の一泊旅行は、群馬から栃木（日光）への旅でした。印象に残ったのは、いろは坂の紅葉がとてもきれいだった事と、華厳の滝がとても雄大で感動した事です。あと、宿も料理もとても良かったです。（佐々木正さん）



●日帰り旅行 ～上越市立水族館、湯元館酔洋へ～ （11月20日）

湯元館酔洋様よりバスを出していただき、上越市立水族館に行ってきました。その後はゆっくりと豪華な昼食を楽しみました。



•ペンギンが近くで見れて良かった。
•金魚がおもしろかった。
•エビが大きくて身もぎっしりでおいしかった。

●今年度のポップコーン販売報告 （12月現在）

5月5日	第1回 ながおかホコ天	（長岡市大手通）
6月7日	第2回 ながおかホコ天	（長岡市大手通）
9月6日	市民活動フェスタ	（アオーレ長岡）
9月20日	ふれあいときめきまつり	（創造工房コスモス）
9月27日	すこやかともしびまつり	（アオーレ長岡）
9月28日	与板地域体育祭	（与板スポーツ広場）
10月4日	与板観光まつり	（まちの駅よいた前）
10月19日	めんたる祭	（グループホーム虹）



今年もたくさんの方々にポップコーンを購入していただき、ありがとうございました。来年も、甘くておいしい塩キャラメルポップコーンをどうぞご期待ください♪





●今後の予定 (12月～3月)

	上除寮	虹	創造工房コスモス
12月	クリスマス・忘年会(11日)	クリスマス・忘年会	賞与支給(10日) 忘年会(26日)
1月		新年会&節分	新年会(16日)
2月			豆まき(3日)
3月	日帰り温泉旅行	町内クリーン作戦&喜芳温泉	ボーリング大会(13日) 保護者会

事務局だより

めんたるネットの会員を募集しています。
 詳しいお問い合わせは事務局(☎46-3116)までお願いいたします。



●あとかき

昨年に続きグループホーム虹で開催しましためんたる祭には、多くの皆様のご協力やご参加を頂き、誠に感謝申し上げます。関係者の皆様のご意見、ご感想等を頂き、より充実した障害者支援を目指したいと思えます。

通信がお手元に届く頃はインフルエンザが流行するかと思います。体調管理に心掛けていきましょう。
 (武石)

編集委員： 武石 小森 乙川 櫻井

