



メンタル通信

Let's talk together!

発行：社会福祉法人長岡メンタルヘルス協会

〒940-2033 長岡市上除町字野田甲105-22

TEL・FAX 0258-46-3116

(令和8年2月発行)



雨の中の「めんたる祭」

～目次～

- | | |
|------|--------------------|
| P2 | 『支援について思うこと』 |
| P3 | 長岡メンタルヘルス協会 |
| P4～5 | グループホーム上除寮 活動報告 |
| | グループホーム虹 活動報告 |
| | グループホーム与板寮 活動報告 |
| P6～8 | 創造工房コスモス 活動報告 あとがき |





支援について思うこと

サービス管理責任者 丸山 大樹

新年あけましておめでとうございます。日頃より、長岡メンタルヘルス協会の活動をあたたかく支えていただき、そして見守ってくださり、本当にありがとうございます。気づけばもう令和8年、令和に生まれた子供が小学校に入学する年になりました。時が経つのは早いものです。早く感じないコツは、新しいことに挑戦することだと耳にしました。今年もいろいろなことに挑戦していきたいです。

私たちの法人が大切にしていることは、あたり前で豊かな暮らしを、地域と共に生きる、仲間と共に生きることです。障がい者の支援というと、特別で難しいものを感じるかもしれませんが、しかし、実際は私たちの日常の中にあることと大きく変わりません。つらい時に話を聴く人がいること。できた時に一緒に喜んでくれる人がいること。うまくいかない日にも「まあそんな日もあるよね」と笑いあえる場所があること。その積み重ねが、支援の土台になっています。

もちろん大変なこともあります。本当に想定していなかったことが起こります。どうしたらいいかわからない…。悩みの連続。そんな時は、職員で知恵を出し合ったり、原点に戻ってメンバーに訊いたりします。それでも、後からこうすれば良かったかなとか、そっこのほうが良かったかな、なんて山ほどあります。支援に正解はありませんが、それでも専門性を身に着けたり、場数を踏んだり、ベストではないけどベターな判断には近づけると思います。常に、答えはメンバーの中にあることを念頭に置いて、これからもメンバーと関わっていきたいと思います。

今の社会は、変化の真ただ中にあります。情報も制度も進化していますが、人の気持ちの揺れや、苦しさ、不安は、機械や仕組みだけでは埋めきれないものです。だからこそ、答えをすぐに出すよりも先に『声を聴く』、支援を組み立てるよりも先に『人として向き合う』ことを大切にしています。小さな一歩でもいい。失敗してもいい。「じゃあ一緒にやってみようか」と言える関係こそが、次の安心につながっていくと信じています。

最後になりますが、障がい者の支援は、『誰かだけのもの』ではなく『みんなの暮らしの一部』です。決して特別なことではなく、ありふれた日常の中にあります。そんな日常が、どうかやさしさに包まれたものでありますように。





就労選択支援事業について

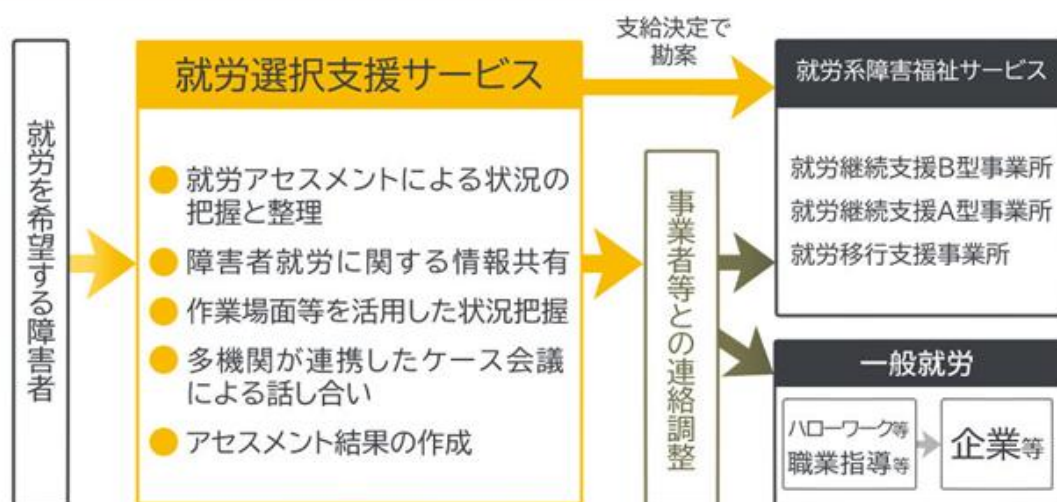
管理者 川津敬永

新たな福祉サービスとして令和 7 年 10 月より就労選択支援事業が開始されました。創造工房コスモスも令和 7 年 12 月から指定を受け、無事に開始することができました。

就労選択支援は、障がい者本人が就労先、働き方についてより良い選択ができるよう、就労アセスメントの手法を活用して、本人の希望、就労能力や適性等に合った選択を支援する新しい福祉サービスとして位置づけられています。このように、就労選択支援は障がい者が自分に合った就労支援を選択するための重要な制度であり、今後の就労支援の在り方に大きな影響を与えることが期待されています。

就労選択支援の活用の流れ(イメージ)

「障害者の日常生活及び社会生活を総合的に支援するための法律等の一部を改正する法律案の概要」より作成



障がい者としごとマガジンより

これまでも就労を希望する障がいをもつ方の能力・適性などは、就労支援サービスの利用時に把握する取り組みを行ってきました。ですが、必ずしも就労先の選択や本人に合った働き方には結びついていないケースがありました。また、障がいをもつ方のみならず働き方が多様化してきています。自身に合った働き方を実現できるよう、「就労選択支援」で各人の希望・能力・障がいの状況などに応じた、よりきめ細かい支援体制が必要といえます。

創造工房コスモスでも、3 月より 2 名の利用者を受け入れ予定となっています。職員が丸となり支援できる体制をつくっていきけるように頑張りたいと思います。





グループホーム

上除寮 長岡市上除町字野田甲 105 番 22 Tel.0258 (46) 3116
 虹 長岡市脇野町 1514 番地 Tel.0258 (42) 4299
 与板寮 長岡市与板町与板乙 5958 番地1 Tel.0258 (72) 3900

<上除寮>

10月30日(木) 長岡歴史博物館&花火館

長岡歴史博物館で地域の歴史を
学んできました。



11月14日(金)大掃除・避難訓練
 12月18日(木)クリスマス忘年会

↑花火館にて 花火館フードコートにて昼食
 花火シアター鑑賞!

<グループホーム虹>



天領の里で海を
眺めてひと休み



とみ家で「海鮮丼」と
「エビフライ定食」それぞれ
好みのものを食べて来ました。





グループホーム虹 12月19日(金) クリスマス忘年会



的あてボーリングゲーム
ポーズを決めて「えいっ！」
何点とれたかな？



みなさん希望のメニュー おでん・
生寿司・ケーキです。最後にゲーム大会の
成績順にプレゼントを選びました。

令和8年1月15日(木) グループホーム合同新年会 分水 やま友さんにて

みんなでゲーム・カラオケ
食事を楽しみました！



<与板寮> 12月22日(月) クリスマス忘年会！



素敵なクリスマスプレゼントに、
みんなニコリです！





創造工房コスモス

長岡市与板町与板乙 5954-3

☎72-2526 FAX89-6617

青善さんの長岡弁当



手作り

ボーリング大会をしました!!

7月

スポーツデイ@アオーレ長岡(7月18日)
今回はアオーレ長岡で手作りボウリング大会をしました。ペットボトルを倒すために
大小様々なボールを自分で選び行ってもらいました。

メンバーさんからの感想!

- ボウリングうまくできた。
- お弁当美味しかった。
- アルビの人を見てよかった。

ふれあいときめき祭り

8月(8月30日)

今年のゲストはアーティストのあっぴーさんがきてくれました ✨とても心地よい歌とステキな演奏にみんな聞き入ってしまいました。ありがとうございました。

メンバーさんからの感想!

- 歌が良くて、盛り上がってよかった!
- カラフル丼の販売が楽しかった!
- 受付の仕事が緊張した…。
- 抽選会が良かった。
-



あっぴーさんのステキな
歌声に聞きほれました。





11月14日：社会見学

社会見学@近代美術館から各グループ行動

- 【A】花火館でシアターを見てきました！
- 【B】越後丘陵公園で自然と一体になりました。
- 【C】さいわいプラザではく製などみました！
- ・昼食が美味しかった。
- ・オバケ展が思ったより怖くなくて良かった。
- ・オバケ展のお風呂が楽しかった。
- ・天気も良く動きやすかった。

この日の最高記録をたたき
出しました。



フワフワドーム最高✨



近代美術館で
おばけ？展にい
ってきました!!



12月 忘年会

目的地：分水にあります、「やま友」さん
にお邪魔しました！

おいしいお弁当に楽しいレク、お楽しみビ
ンゴ大会もして大満足の忘年会をしまし
た！特に、今年は余興に「キン肉マンの
OP」を大合唱を行い、メンバーの漫才、
独奏、職員の手品も披露され大盛り上がり
しました！





コスモス在籍者数

サービス種類	定員	登録者
移行支援事業	3名	2名
B型支援事業	22名	29名
日中一時	4名	1名

令和7年12月31日現在

グループホーム在籍者数

	定員	利用者
上除寮	8名	8名
虹A棟	7名	7名
虹B棟	6名	6名
与板寮	6名	4名

令和7年12月31日現在

めんたる祭 10月4日



気合が入っています!!

MNT のど自慢出場者の皆さん

のど自慢大会
優勝者は、Iさんでした!



語る会と毎年お楽しみゲームコーナー
今年は魚釣りをしました!

目標工賃達成指導員 橘 慎一
今回のイベントでは盛りだくさんの企画を通してとても楽しい時間を過ごすことができました。ゲストの「五臓六腑」さんの音楽は迫力があり、会場全体が一体となって盛り上がりました。また「語ろう会」では4名の方が語ってくださり、それぞれの歩んできた人生に触れて胸が熱くなりました。ゲームでは魚を釣る遊びがあり、参加者の方が夢中になって楽しめました。締めくくりの「レインボーのど自慢大会」では、多くの方が参加しNHKの番組さながらの熱気で笑顔に包まれました。全ての企画が印象に残り素敵な一日となりました。

*ホームページも更新しております。ぜひ足を運んでください。

<http://blue-arita-5455.lolitaipunk.jp/>



*メンタル通信 あとがき

明けましておめでとうございます。旧年中は大変お世話になり、御礼申し上げます。

本年も、更なるめんたる通信の向上に努めて参りますので、より一層のご支援、お引立てを賜りますようお願い申し上げます。

皆様のご健康とご多幸をお祈りし、新年のご挨拶とさせていただきます。

本年も宜しくお願い申し上げます。(高頭)

編集委員：高頭 佐藤

