



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 長岡市上除町字野田甲105-22

TEL・FAX 0258-46-3116

(令和5年12月発行)



写真：めんたる祭 会場：虹

～目次～

- P2 変わりゆくものと変わらないもの
- P3 長岡メンタルヘルス協会～めんたる祭～
- 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





## 変わりゆくものと変わらないもの

創造工房コスモス サービス管理責任者 丸山 大樹

今年の夏は暑さが厳しく、屋外で楽しめないまま終わってしまった。そうかと思いきや、急激に寒くなり、また昨年のような大雪にならないかと不安をつのらせている。『地球沸騰化』という新たなワードが出てきたり、暑さに強い米へと品種改良したりと、今までのようにはいかなくなってきたということ、ひしひしと感じている。

気候だけでなくテクノロジーの進化も凄まじい。研修や会議など、オンラインでできるものは、対面を取って代わった。コロナ禍によって拍車がかかった感じがある。さらに『メタバース（仮想空間）』のような用語も、日常で当たり前のように聞かれるようになり、それを利用した福祉事業所が出てきているほどだ。どうやらアバター（自身の分身）を使用して、オンライン上で他の人とコミュニケーションをとるらしい。それによって、通勤という物理的な阻害要因によって就労をあきらめていた方や、対面でのコミュニケーションに不安がある方にとっても、メタバース上であれば就労訓練を容易に行えるというメリットを享受できるとのことだ。一堂に会することの必要性が問われていると思う。

障害者の就労支援をするうえで、利用者が企業に就職したり、企業から作業を受託したりすることは、今企業の中で何が起きているかを知ることが必要だと思う。生まれた時からインターネットに慣れし親しんだ世代が社会人になっている時代、デジタル化の波はいかなる業界にも浸透してきている。そういうこともあり、今年度から当事業所でもパソコンの訓練を始めた。ワードやエクセルといった基本的な操作から始め、今では法人ホームページのブログを利用者に担当してもらっている。また、農作物のインターネット販売も始めた。いずれもまだ始めたばかりで手探り状態だが、皆で知恵を出し合って進めていけたらと思う。

今年は当事業所にとって変化の一年だった。作業面では、上記のパソコン作業に加え、課題であった農作物の販路を開拓すべく、リバーサイド千秋のわくわく広場にて枝豆と里芋の販売を始めた。工賃向上に向けて試行錯誤の日々である。事業面では、就労継続支援 B 型の利用定員を増やすことができた。ありがたいことに、以前から当事業所を利用したいとの声が多く聞かれていた。しかし、定員を超えていたためお断りしていた経緯がある。定員増までの道のりは長く、建物を増改築したり、工事中は利用できる場所が限られたりと、様々な制限があった。そして、無事に工期を終え、作業室を増やすことができ、こうして新たな作業の開拓や、受け入れ態勢を整えることができた。変化の激しいこの時代、変わることを恐れずに前に進んでいけたらと思う。

一方で、変わらないこともある。いつものように聞かれる、利用者の「〇〇さん今日来てるかな？」「〇〇さんと話がしたい！」という声。仲間の存在が利用者のチカラになっている。いつどんな時も、制度や法律が変わろうとも、仲間の存在が生活の糧になっている。支援者として、そんな利用者の思いに応えていきたい。当法人の基本方針である、『利用者が、自分の希望と人生を、取り戻し、実現できるよう、あたり前で豊かな暮らしができるよう、仲間と共に生き、家族や地域と共に生きる』そういう支援を目指していく。『寄りかかって生きる』この意味を大切にして、今日も利用者と共に向き合っていく。利用者の想い、支援者の想いは、時代が変わろうとも色あせることはない。





## 長岡メンタルヘルス協会

令和5年度 めんたる祭

グループホーム サービス管理責任者 佐藤 美代子

10月7日(土)にめんたる祭を行った。当日まで、天気予報が何回も変わり心配したが、最後まで雨が降らずに開催出来た。コロナが5類へ移行した事もあり、コロナ禍以前に近い形で実施。語ろう会では、ピアサポートいっぽの会の方2名とグループホームのメンバー2名が参加し、貴重な話を伺い感銘を受けた。その後もアッピーさんのミニコンサート。懐かしのタイムスリップ館で射的などがあり、メンバーもそれぞれに楽しんでいた。夕食は、久しぶりのバーベキュー！語り合いながら食事を摂り有意義な一日を過ごせた。



語ろう会  
皆さん真剣な顔で  
話を聞いていました。

めんたる祭の感想

ひぐち まさや

今回で4回目の語ろう会だった!!その日、めんたる祭はとても良い天気になってきて午前中の雨がとてもいいコンディションになった!!

自分もやる気が尚更込み上げてきていた!!今回はいっぽの会の池津さん・大野さんも含めての語ろう会!!慣れたせいか緊張もほぼしなかった!!

自分は本番に強かった!!いつもは早口だったがその日は最高のコンディションでうまく言えて本当によかった!!又、焼肉もおいしかったし、射的もとても楽しかった!!

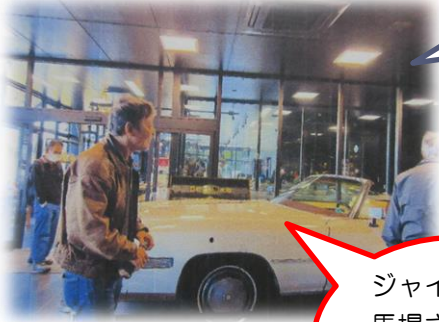
また来年も参加したい!!

懐かしタイムスリップ館での射的のワンシーンです。





**グループホーム 上除寮** 長岡市上除町字野田甲 105-22  
☎0258-46-3116



**上除寮 日帰り旅行**  
令和5年10月17日(火)



**諏訪田製作所見学 ランチ**  
**パティオにいがた**

ジャイアント  
馬場さんの  
ロールスロイス  
カッコいい!



「SUWDA ショクドウ  
レストラン クイキリ」で  
好みのランチを食べました。

**与板寮** 長岡市与板町与板乙 5958-1 ☎0258-72-3900

**与板寮 納涼会 8月23日(水)**



**日帰り旅行 悠久山郷土資料館**  
令和5年9月21日(木)



あいにくの雨でし  
が、長岡城の天守閣  
まで登り、郷土の歴  
史を学びました。



まだ明るかったけど  
童心に帰って花火を  
楽しみました。





**グループホーム虹** 長岡市脇野町 1514  
☎0258-42-4299

一泊旅行 令和5年9月14日(木)15日(金)  
伊香保温泉満喫の旅 榛名富士ロープウェイ&おもちゃと自動車人形博物館



全国道の駅グランプリ！川場田園プラザにて



ロープウェイで山頂まで登り、元気のあるメンバーは、榛名富士山神社をお参りしてきました。



←ロープウェイの中にて

「空はあかね色」  
さとう きさく(作)  
R5、8、30(水)  
長岡「虹」にて

空はあかね色 空はあかね色  
陽がしずむ 空があかね色になる  
夕やけ雲 昼間カンカン照りの太陽  
1日中大地をてらし 空の上に大地をおおう  
しかし しずむときは あかね色の雲をのこして  
空を夕やけに 太陽は明日の日の出にまわる  
朝日もまた 空はあかね色  
いわゆる朝やけ 空はまっかっか  
非常に空が うらやましくなる時でもある  
空はあかね色 空はあかね色

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	6名
虹B棟	6名	6名
与板寮	6名	6名

令和5年11月30日現在

👉虹メンバー 佐藤 貴咲さんの詩です。





## 創造工房コスモス

長岡市与板町与板乙 5954-3

☎72-2526 FAX89-6617

### コスモスポップコーン販売実績

8月2・3日 福祉のカフェりらん in アオーレ長岡

ポップコーンを販売させていただきました。

両日、14個販売させていただきました。

9月16日(土) すこやかともしび祭り in アオーレ長岡

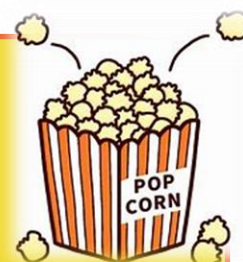
土曜日のみですが、販売をさせていただきました！

おかげさまで、多くのお客様にご来店していただき売り上げも上々でした！！

10月29日(日) 新潟県農福連携マルシェ2023 in 花火館

天気は大雨の中参加してきました。雨の中でしたが、多くのお客様が足を運んでいただいたおかげでたくさん販売できました！

来年もポップコーンを販売していきますので、よろしくお願いいたします。



## 日帰り旅行に行きました!!

うみがたりで  
海の生き物をたくさんみました。

10月20日(金)

日帰り旅行@うみがたり・無印良品・  
春日山城跡ものがたり館

今年は、上越方面へ行ってきました！

うみがたりでは、イルカショーを見れうれしかったです。高く大きくジャンプし、客席まで水しぶきを浴びせ保育園の子供たちが楽しそうに声を上げていました。

他にも、アザラシの赤ちゃんが公開されていて、「かわいいね」と話しました。ペンギンが近くで見れるのも魅力でした。

無印良品では、昼食を食べ、散策をしました。ラーメン・カレー・定食といったバリエーション豊かで美味しかったです。

春日山城跡ものがたり館では、向かう途中から大雨になり入館するまでにびしょ濡れになりました。中は上杉謙信の歴史・屏風等貴重な品々とてもいいものが見れてよかったです。





## 11月10日（金） 防災訓練

秋の防災訓練は、大水・水害を想定したものでした。皆さん、雨の中職員の指示に従いまじめに取り組まれていました。実際にないことが一番良いですが、日ごろからの訓練が大切だと感じました。

## 11月17日（金） 社会見学

3グループに分かれて秋の社会見学をしてきました。

### Aグループ

行き先：**マルナオファクトリー（見学）鴨川（昼食）・椿寿荘（見学）**

マルナオファクトリーでは1本何万円もする箸を作る工程を説明を受けながら見学を行う。皆さん興味深そうに見学されていた。

椿寿荘では戦前からある古い家屋の見学・説明を受ける。とても貴重な材料が使われているということを説明を受け皆さんじっくり見学された。

椿寿荘入り口



## 11月17日（金） 社会見学

### Bグループ

行き先：**岩塚製菓（見学）・海龍（昼食）朝日酒造（見学）**

岩塚製菓では、工場見学・説明を受けた後に出来立て風のお煎餅を作り貴重な体験が出来た。

朝日酒造でも酒造りの説明を聞いたり・ショップで買い物ができ楽しんできました。

朝日酒造で記念撮影!!



## 11月17日（金） 社会見学

### Cグループ

行き先：**越のむらさき（見学）・レストラン三宝（昼食）もみじ園（散策）**

越のむらさきでは工場見学を行った。その際に説明を受け、メンバーも積極的に質問をされていた。

もみじ園では寒い中だったが散策をしてくれた。途中にあるほたる焼きも買うことが出来喜んでいた。

お醤油いただきました!





コスモス在籍者数 令和5年12月31日現在

サービスの種類	定員	登録者数
移行支援事業	3名	1名
B型支援事業	22名	28名
日中一時	4名	2名



12月末で退職されるコスモスの給食担当さん  
長い間美味しい給食をありがとうございました!!

コスモスの給食に携わって六年余りになります。  
 だいぶ年をとってからの職場復帰でしたのでいつまで頑張れるか心配でした。メンバーの皆さんの若い力を頂いて思っていた以上に楽しく仕事をさせていただきました。  
 コスモスは私の人生最後の職場です。スポーツデイ、社会見学等楽しい思い出をたくさんありがとうございました。  
 これからは普通の農家の婆さんにもどりたと思います。

皆川 眞里子

#### ●新任職員挨拶

10月からコスモスさんの給食を作らせていただいております。  
 毎日安全に温かい給食を皆さんに作れるよう、そして笑顔と健康を守れるよう一生懸命給食作りに取り組んで参りたいと思いますのでよろしくお願いいたします。

中澤 由美

10月より創造工房コスモスで給食担当としてお世話になっております。  
 皆様に喜んでいただけるような食事作りができるよう頑張っていきたいと思っております。

樺沢 光代

#### \*メンタル通信 あとがき

年末で大変忙しい頃となりました。

今年もグループホーム（上除寮・虹・与板寮）・創造工房コスモスでは多くの行事があり、メンバーの皆さんには楽しく過ごすことが出来た一年になっていましたらうれしい限りです。

今年最後の行事は「忘年会」です。各施設で今年の出来事や仕事について振り返りにぎやかに行われています。そのことについてはまた、来年に報告させていただきたいと思っております。

これからも変わらぬご支援ご鞭撻を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。（高頭）

編集委員：佐藤 高頭 杉野

