

ふれあい通信



22号

努力賞の表彰式



8月6日作業所にて七月の努力賞の表彰式が行われました。これまでは支援員さんからの手渡しでしたが、8月からは理事の方より毎月第1回目の給食会の時に行っています。



ふれあいでは昨年度より、休まず通所している人に毎月努力賞を贈っています。始めた月は4名しかいなかった努力賞ですが、翌月には6名になり、多い時には10名になる月もあつたりと少しずつ増えています。

暑さに負けずに頑張ってくれてくれる利用者みなさん、本当にごくろうさまです。



ファームでは、今年初めて作ったきゅうりやなすが沢山採れました。私は糖尿を指摘されていましたが、毎日きゅうりを食べたことで血糖値が減りました。お医者さんにもお見事とお褒めを頂きました。ファームで採れた夏野菜、健康にとってもいいですよ。

W理事



夏野菜レシピ

なすときゅうりの炒め物

なす	2コ	①一口大に切ったなすときゅうりを油で炒めます。
きゅうり	1本	
めんつゆ	大1	②火が通ったらめんつゆみりんを加えて中火で煮詰めます。
みりん	大2	
油	大2	③お好みで七味をかけてどうぞ。

第7回ふれあいフリーマーケット

とき 11月28日(土)
8:00~14:00
雨天決行

ところ 古河福祉の森会館と周辺

一交通運賃割引

国会請願署名のお知らせ

交通運賃割引に関する請願署名運動が全国で始まりました。会員みなさまにもご協力をお願いし、8月10日までに届けていただいた署名は220筆になりました。多くの皆様にご協力いただき、ありがとうございました。

研修
報告

平成27年7月18日(土) 茨城県精神障害者事業者協会 管理職研修会

発達障害の支援～医療と就労の連携～というテーマで始まった今回の研修では、近年取り上げられることの多い発達障害に焦点を当てた内容であった。生まれつき脳の発達が通常と違っているといわれ、成長するにつれ不得手な部分に気づくことが多いといわれる。幼児のうちから症状が現れる事が多いが、大人の発達障害とはこの幼児期の特徴を見過ごして成長し、まさに「生きづらさ」「自己肯定感の低さ」が拡大し、二次障害を招いてしまった場合が多いとされる。

厚労省が2010年に公表した「ひきこもり支援ガイドライン」でも、引きこもる要因の第1位(27%)に挙げているのが、この「発達障害」である。何故か？自分を守るメカニズムが働くためである。「発達障害」は行動、コミュニケーション、社会適応の問題を主とするが、決して見た目より「生活障害」は軽度ではない。

ここ最近では2005年4月に「発達障害者支援法」が施行。07年4月には、学校教育法に「特別支援教育」08年には「保育所保育指針」として障害児保育の重要性を盛り込んでいる。幼い頃には配慮が受けられず困難な環境の中で成長してきた発達障害の人も、周囲からの理解と適切なサポートが得られれば改善の道は広げられるはずである。山川医師の講話やシンポジウムでの課題を通じて支援の難しさ、一人ひとりにあった支援の大切さを痛感した。

まず、私たちが適切な知識を得て信頼関係を築いていき、個々にあった支援をしていくことで困難であった「生活障害」を軽減していけるようにしていきたい。まずは知ることである。当事者や家族が何に困っているのか？理解し、支援に繋げたい。山川先生の講話の中で使用されていた動画のURLを紹介させていただく。「成人期 ADHD の正しい理解のために」
https://www.youtube.com/watch?v=_DBxuQYQw0 支援員 山崎

研修
報告

平成27年6月19日(土) 茨城県精神障害者事業者協会 日中部会研修会

当日は県内の事業所から様々な立場の方、43名が参加しての研修会でした。テーマは「精神障害者の居場所としての支援と役割」で5人～6人グループに分かれて、それぞれディスカッションをして居場所としての支援方法、役割を考えました。主に支援員の方が多く参加していましたので、適切な研修会であったと思います。次回はふれあいの支援員の方も参加した方がよいと思いました。

研修
報告

平成27年8月24日(月) 先進地視察研修 らぼーる朋

ひたちなか市にある共同作業所ふれあいへ視察研修に行きました。作業所ではみなさんと和気あいあいとした雰囲気の中で作業をしていました。ウエスの制作、アルミ缶回収、農作業などで、活発に地域に根ざして活動している様子が印象的でした。帰り道では魚市場でおいしい食事と買い物をしました。

理事会報告

日時	主な内容
7月14日(火)	①ふれあいの運営について ②6月の経理状況について ③平成27年度事業計画について ④各委員会からの報告
8月12日(水)	①ふれあいの運営について ②7月の経理状況について ③フリーマーケットに関して ④交通運賃割引に関する署名活動の中間報告 ⑤各委員会からの報告



新メニュー登場！
ピピンバ料と
冷やしたぬきうどん



NEWS

ほっとcafeがいはらき健康づくり支援ヘルシーオーダー実施店に登録されました！
★ヘルシーオーダー実施店とは…？
 ・ごはんやおかずの量を減らしたり、マヨネーズやソース類を別添えにしたり出来ます。
 また、ノンオイルドレッシングやポン酢・減塩醤油をご用意してありますので、お気軽にお申し付けください♪



最近のイベント

- カラオケ■
7月26日
- ホールでスポーツ■
8月31日、9月7日
- 図工の時間■
7月27日、8月20日
- 手話歌教室■
8月17日、9月7日
- 給食会■
7月30日、8月6日、8月27日
- DVD 観賞会■
8月10日
- 出前講座■
8月29日

8/24(月) 出前講座を受講しました♪



福祉の森会館 2F 創作室 1号にて、古河市障がい福祉課の方をお招きして、出前講座「障がいのある人の生活サポート」を受講しました。手帳の申請の仕方、福祉サービスを受けるにはどうしたらよいのか…など、聞きたかったこと、聞けなかったことをしっかり教えていただきました。約1時間30分の受講時間でたくさんの質問も飛び交い、参加人数29名と受講内容の関心の深さが伺えました。

今回は「障害のある人の生活サポート」

あなたの願いは何ですか？

七夕の日。今年はふれあいに七夕飾りが初登場。

7月3日にはほっと cafe の店先に設置しお客さまにも短冊に記入していただきました。微笑ましいものから真剣なものまでたくさんの色とりどりの短冊が出来上がりました

- ・自分のお気に入りのバンドの曲を歌えました
- ・ジュース飲み過ぎてお腹が痛くなりました
- ・今まで参加していなかったので、次は参加してみようと思います
- ・みんなと一緒に楽しかった!!
- ・ストレス解消、楽しく過ごせました
- ・いつもとは違う部屋割だったので新鮮でした
- ・メンバーがとてもよかった
- ・楽しかったけど、煩わしい事も…余計なひと言とかいらなと思う

7月16日(木)
ふれあい
メンバーの
カラオケ
の感想!!

あなたの
熱中症
予防
おしえて

暑さ厳しい毎日…みんなの熱中症対策を勝手にランキング!

- 第1位** 水分をこまめに取り
- 第2位** クーラーを使用する
- 第3位** アイスノン(保冷材)を首と頭に使用する
- その他** ペットボトルを凍らせて首や脇の下に挟む

- ・暑い場所になるべく行かない・豚肉を食べる。
- ・冷たいものを食べる・熱中症予防の飴を食べる

地域活動支援センターふれあい これからの予定

ホール

8月31日(月)、9月17日(木)

運動不足解消のために、
卓球やバドミントンなど
積極的に参加しよう！

お菓子教室

9月14日(月)

厨房で白玉あんみつを
作ります。(希望者のみ)



ふれあい広場

9月26日(土)

ネーブルパークで手話歌を披
露します。色々な出店を
見て回るのも楽しみですね♪

シルバーウィーク

9月19日(土)~9月23日(水)

まだまだ暑い日が続きます。
5連休となりますので、体調
管理はしっかりしましょう！



図工の時間 暑中見舞

8月の図工の
時間は暑中見
舞いを書きまし
た。茄子やキュウ
リなどの夏野菜
や花々を熱心に
観察しながら書き
上げていました。



激写！



中庭のゴーヤに水をあげている1さん。
いつもありがとうございます♪

