

発行者

NPO法人どんまい

〒791-0113

松山市白水台1丁目6-4

090-4788-9801

どんまい便り

《第7号》

2010年3月



ご挨拶

理事長 谷本圭吾

早いもので、どんまいの活動も4年目に入りました。その間、皆様からは変わらぬご理解とご協力をいただき、感謝しております。

H20年度は松山圏域で地域生活移行支援事業のモデル事業が実施され、大きな成果を上げました。今年度はその実績に習い、県下全域の市町村で移行支援事業がスタートしました。思うように進んでいない市町村もあるようですが、少なくとも社会的入院とは何かということを実際に考えるきっかけとなるよう各機関が連携協力してほしいものです。

愛媛県精神保健福祉士会でも、精神科病院の社会的入院は誰の責任において解決していくべきなのか、議論を重ね、具体的に行動できるよう努力しています。

今年度のどんまいは、ケアホームも5施設定員30人分となり、松山市圏域各病院の社会的長期入院の方々を受け入れ、地域での生活を取り戻してもらうべく日々頑張っています。

利用をスタートした方の中には、長い方は20年、30年という期間にわたり、自由のない生活を余儀なくされてきた方がおられます。その人たちが本当の自分の為の生活を取り戻してもらうことを切に願います。

また地域活動支援センターの活動の一つとしてどんまいクラブの“あとりえ de まいんど”、ゆっくりクラブの“いんさつの咲々屋”につきましても、ご愛顧下さい。

来年度も更なる目標に向かい、職員一同頑張りますので、引き続きご支援よろしくお願い申し上げます。

NPO法人どんまい 精神保健福祉支援連絡会議

平成19年7月より、NPO 法人どんまい主催「精神保健福祉支援連絡会議(奇数月第1水曜日開催 ※月によって変更あり)」を行っております。松山市の精神保健に携わる関係各機関の方にご参加いただき、平成22年3月で第17回目の開催となりました。

この精神保健福祉支援連絡会議では、毎回NPO法人どんまいの各施設を利用されているメンバーさんに参加してもらい、自分の思いを、自分の言葉で、参加されている関係各機関の皆さんに伝えてもらっています。一人ひとりが抱えている様々な思いを、このどんまい便りを読んでくださっている皆様にもお届けできればと思います。ほんの一部のみのご紹介にはなりますが、ぜひご覧ください。

どんまいクラブ・ゆっくりクラブ

【平成19年9月11日発表 Oさん】

開所してから通っているので3年目になります。作業は、タオルの内職をはじめハガキづくり。パソコンでの印刷をしております。8月からの清掃作業も参加していますが、日によれば、頓服を服用して通所してます。(自殺)願望がありましたが、どんまいクラブへ通所する事によって、作業に生きがいを見出して、苦しい時も多々あるけれども、身内の為にも頑張ってお「生きねばならない」と思う日々です。最後に私は、どんまいクラブの主になりたいと思っています。



【平成21年9月2日発表 Nさん】

私は8年前、DVの被害に遭って、全身打撲で入院したり、ストレスから大腸の手術をしたり、ストーカーの被害にあったため人が怖くなって、トンネルからの出口を探していました。

そんな時、H心療内科の先生からのすすめもあって、勇気を出してハローワークに行きました。その時たまたま他の作業所のスタッフさんがおられて、どんまいクラブを紹介してもらい、不安を持ちながら見学させていただきました。

ハガキを作ったり箱の内職をされているのを見て、私でも出来そうだと思います、どんまいクラブのメンバーにさせていただきました。

私には知的障害の子どもがいます。今はスタッフさんもメンバーさんもそんな私の事を理解してくれて、私は安心してどんまいクラブに通う事が出来ています。これからもメンバーの一人として頑張りたいと思っています。

【平成21年3月4日発表 Iさん】

病院デイケアに3年位行っていました。そこではそんなにしたい事がなくなって、作業をすれば、子どものお菓子代くらいにはなるだろうと思って、昨年6月から通所しています。

もともと料理を作るのは得意ですが、ゆっくり弁当では、アドバイス役をさせてもらっていて楽をしています。弁当づくりでも、他の作業でも、メンバー皆で役割が決まっているので負けないように頑張っています。

今までは薬を飲み過ぎて体調を崩す事が多かったのですが、主治医の指示通りまじめに服薬を改善しているところです。その結果、体が楽になってきました。この生活を続けたいと思っています。

【平成21年1月14日発表 Yさん】

最初どんまいクラブに行くようになったきっかけは、担当ワーカーさんと作業所見学に行ったことです。どんまいクラブが宮西にあった時に通っていましたが、僕の病気が悪くなり、半年余りで一時休みました。また、新しい本町のどんまいクラブに行くようになったきっかけは、デイケアより作業所が面白くなったからです。どんまいクラブのメンバーとも打ち解け、作業所に来るのが楽しくなりました。今も毎日が楽しいので来ています。スタッフも良くしてくれるので、僕もどんまいクラブに来て、本当に良かったと思います。

作業は箱の仕事やビル掃除や店当番をしたりしています。まだまだ未熟ですが、自分なりに頑張っていくつもりです。どうぞこれからもよろしくをお願いします。



【平成21年3月3日発表 Yさん】

僕がどんまいに行けなくなった理由は、お金の貸し借り、パチンコ、規則正しい生活が出来なくなり、また、8月19日から9月20日まで入院して、9月20日に退院しました。その後家に居ましたが、やっぱり作業所に行きたいと思い、1月12日に担当ワーカー、訪問の担当、作業所スタッフと僕で話し合いました。作業所スタッフが「約束を守るなら来てもいい」と言ったので、13日から通うようになりました。

仕事は把握していたので、箱折り・清掃作業・店番などの作業を一生懸命やるだけです。メンバーさんとも仲良くして、話をして、楽しいです。スタッフにも良くしてもらい、ありがたいです。後は初心に戻り実行のみ、去年の出来事や色々な反省をし、今年は良い年になる様に頑張るだけです。不言実行、正しい道に進み、幸福になりたいです。

【平成21年11月4日発表 Fさん】

僕がゆっくりクラブに入って7カ月が経ちますが、手先が不器用で初めは慣れないことばかりでした。でもスタッフの皆さんや、メンバーの皆さんのおかげで、作業がスムーズに進むようになりました。ビル掃除は、最初は大変だったのですが、今ではやりがいがあって楽しいです。

印刷業も増えて、より充実した日々を送っています。また、メンバーさんとの交流も順調に慣れてきています。ゆっくりクラブに来てチームワークの大切さを学びました。これからも、皆さんと一緒に頑張っていこうと思います。どうもありがとうございました。

【平成21年5月13日発表 Tさん】

ゆっくりクラブに通所するようになり、もうすぐ1年になります。きっかけは、だらしない生活を改善するために通所しようと思いました。最初は、人とのコミュニケーションに不安を感じていましたが、徐々に慣れて行きました。未だ、通所する事にストレスを感じて、休みたくなる時もありますが、それでも頑張っ

て毎日通うようにしています。作業では、ゆっくり弁当の仕込みを任されています。お金を頂いてやっている仕事なので失敗しないよう、いつも神経を使っています。

今後は、アルバイトでも何でも普通の仕事に就けるようにいいなと思っています。

どんまいハウス

【平成20年3月5日発表 Mさん】

1月、2月とケアホームのメンバー6名のうち2名が入院してしまったので、食事も4人になり寂しくなっていました。早く良くなって帰ってきてもらいたい。また、6人揃って食事したい。

【平成20年7月2日発表 Iさん・Nさん】

5月9日の外食は皆で行くのが初めてだったのと、回転寿司に行くのも初めてだということもあり緊張した。何はともあれ皆で外食を楽しめた事が良かった。7月には屋上を使ってBBQをする予定で楽しみである。

先日、皆で外食にいきました自立されたKさんも参加して皆で楽しみました。一人暮らしの良い点や厳しさなどを話してくれました。今は一生懸命仕事をしていると言われました。少し痩せましたが生き生きしていました。こだちの生活が自分の原点ですからと話していました。また時々は遊びに来ますとっていました。

自分も自立へと思い、マンションを色々探しています。が良い所と思った物件は断られたりしています。現実の厳しさを感じています。時間をかけて探して以降と思います。

【平成21年1月14日発表 Kさん】

昨年は痛恨の3回入院があったので今年の目標は作業所もこども保健所も小さな事で争わずベストでこなせるようにしていきたいです。そして入院しないように。無病息災で毎日を一生懸命生きていきたいです。

【平成21年5月13日発表 Aさん】

4月20日にどんまいに入居して、頑張ろうと思った事は、病院と違っていい生活を送ろうと思ったことです。まずそれはタバコとコーヒー、水、氷、薬の飲みすぎを直すことです。

病院とここの暮らしは遥かに違う。タバコは1日1000円の中で吸わないといけない。親の所に帰ってお金をもらうとかもしてはいけない。生活の事は、担当の方や、他の方がしている所を見て、自分もやってみようと思う。DVDなども見たい。薬も減っていったらと思う。皆とわかりあえたら一番いいと思います。

【平成21年7月1日発表 Oさん・Tさん】

どんまいハウスに入り、半年が経ち自分なりに思った事を書きます。

入院は1年余りしました。で、どんまいハウスが出来るという事で入りました。入って思ったのは、家族、皆仲良くしてくれていいと思いました。入院は1日何もしない日を過ごしていたので、どんまいハウスに入り1日の内容が濃く、とてもいいです。新しい友達も出来、ここで生活するのもいいと思います。

ここの生活にもだいぶ慣れて、住み心地が良いです。入院中は「ずっと病院でええわい」と、退院は諦めていましたが、ケアホームの見学をして退院したいと思うようになりました。外泊を何回かして、こもれびに入る事が出来て、本当に良かったと思っています。

僕の欠点は、他の人が職員と話している時、自分も話したくなって、邪魔をしてしまうことです。その人の話が終わるまで、待つように気をつけて、皆と楽しく生活したいと思います。

【平成21年9月2日発表 Yさん・Uさん】

ケアホームで生活を始めて3ヶ月が経ちます。今はまだ慣れないですが、早く慣れればいいなあと思います。ケアホーム・デイケアでいっぱい話が出来るとなりたいです。今のケアホームの生活では食事や、お金の事などで困っている事は特になく生活もまあまあ幸せな方だとは思いますが、今の年齢から40代50代とだらだらと行くより、今までいじめられていた時の事も忘れ、今は一生懸命頑張って幸せを掴めるようになりたいです。夢が叶ったらピアノや歌、ジョギングが続けていけたら僕は幸せです。少しずつデイケアにも遅れず通えるようになっているので、このまま続けて作業所に通えるようになりたいです。

木屋町で生まれ育った私は、子供の頃を懐かしく、思い出しながら周辺を自転車で走っています。この辺りも昔とは変わりました。朝は公園で短歌を詠み、もう大分たまりました。

私は風呂好きなのですが、前のこもれびは古かったのでよく銭湯に行っていました。今の風呂は新しく綺麗なのでこもれびで入っています。

また絵を描くのが好きなのですが、ずっと絵がかけなかったのに引越ししてから、時々鉛筆を持つようになりました。今は夕食でおかずは全部食べますが、ご飯を少しにして痩せる努力をしています。

【平成22年1月13日発表 Yさん】

何でか11月16日病院でやっと22年ぶりにケアホームどんまいハウスわかばという所に引越ししました。冬がやってきました。どんまいという所で冬になりました。最近では慣れてきました。音楽を聴いています。テレビも見えています。慣れてきて良かったです。最後に退院したんだなあと思います。

全員の方の思いをお伝えしたかったのですが、今回はここまでとさせていただきます。支援連絡会議の場で初めて知るメンバーさんの思いもありますし、改めてハッとさせられる事もあります。短い言葉ですが、私達スタッフも、その言葉の一つ一つを流してしまおうのではなく、しっかりと受け止めて行きたいと思います。この支援連絡会議の場が今まで以上に意味のあるものになるよう、スタッフ一同頑張っていますので、今後ともよろしくお願ひ致します。

どんまいクラブ“あとリエ de まいんど”情報！！



どんまいクラブ店舗 “あとリエ de まいんど” をいつもご愛顧頂きまして、誠にありがとうございます。オープン時に比べますと、商品がたくさん増えております！！今回は、そんな一押し商品をどどーんご紹介いたします！！

どんまいクラブのオリジナルエコハガキを使った商品がたくさんあります！エコアートハガキでは、季節ごとに新作を作成しています。年賀状などの挨拶状もちろんあります！！どんまいクラブならではの温かさあられるハガキとイラストを、大切な方に送ってみませんか？？大人気のいっぴつせんは、昨年6月に1周年記念として8種類を新たに製作しました！

今回は、たけしの作品に加え、**あとリエ de まいんど** にご協力いただいているアーティストたちにもご参加いただき、豊富なバリエーションをお楽しみいただけるようになっております。

また、皆様の声にお応えして、たてバージョンもご用意しております。2010ほのぼのカレンダーと一緒に販売させていただき、たくさんの方にご購入いただきました♪いっぴつせん増刷にともない、2月に新たに2種類の仲間が増えました！！“あとリエ de まいんど” 携帯HPよりご覧になれますので、ぜひどうぞ！！

そしてそして・・・今回の一押し商品はこれだー！！！！



どんまいクラブオリジナル商品です！！



春の新作ハガキです！とってもかわいく仕上がってます♪



1つ300円となっています。



プルタブです！見えますか？？

・・・ということで“あとリエ de まいんど”一押し商品をご紹介します！それは、『段ボール額』です！！

『ん？エコがっくんじゃなくて？？』と思われたあなた！！

そうなんです！今回は、写真もポストカードも飾る事ができる、段ボール額なんです♪もちろんメンバーさんが1つ1つ丁寧に手作業で作った、エコな額となっています♪♪

押しピンなどで壁に留めて飾る事ができます。この部分はなんと、空き缶のプルタブを使っています！！手が切れたりしないように、1つ1つ紙やすりで磨いていますので、安全面も工夫しています。

たて・横の2か所にプルタブがついていますので、たて・横どちら向きの写真、ポストカードにも対応可能な額となっています。

大切な写真や大好きなポストカードを入れて、ぜひ部屋に飾ってみませんか？？

もう一つは、切絵で作ったバースティカード！台紙は手作りハガキを使用し、捨てられる紙、包装紙などを

利用して、メンバーさんが全て手作業で製作しています！！デザインのリクエストにもお応え致します。なんと・・・開くと絵柄が飛び出す！！思わず声をあげたくなっちゃいます♪セットの封筒も、バースティカードに合わせたデザインです。喜ばれる事間違いなしの商品です♪♪



春の新作！チューリップです！

どんまいクラブ2010ほのほのカレンダー売上報告

昨年もどんまいオリジナルほのほのカレンダーをお買い上げいただきまして、誠にありがとうございました！！メンバー・スタッフ一同、心より感謝いたしております。

皆で知恵を絞って絞って・・・ついに誕生した2010年カレンダーは、A3、卓上ともに物語シリーズ『おおきなから』と『くじらのいる風景』の2種類を作成しました。今回も企業の方や個人の方などたくさんの方々にご購入いただきました！！本当にありがとうございました。



A3版カレンダー



卓上カレンダー

売上部数といたしましては、企業の方には13社約1600部、個人や各医療機関等の方には約1900部もご購入いただきました！内訳としましては、A3ほのほのカレンダー2200部、卓上カレンダーは1300部となっています。今回も、“あとりえ de まいんど” オリジナル『いっぴつせん』と一緒に販売させていただきましたが、こちらの不手際で、カレンダーと一緒にお届けする事ができませんでした。ご迷惑をおかけいたしました、本当に申し訳ございませんでした。昨年以上に多くの方々にご協力いただきました。

カレンダー・いっぴつせんをご購入下さいました皆様(順不同)

共栄電子様、愛媛建物様、パルソフトウェア様、コピーセンター様、YOKOYAMA 様、アダム&イブ様、たくみ不動産様、夢ポケット様、かとう歯科様、GH 四つ葉様、メディカ様、千代田商事様、西沢工務店様、福角病院様、福角の里様、アグサス様、愛媛医療福祉専門学校様、コスモスの会様、ウィメンズカウンセリング松山様、明光石油様、松山市役所厚生課様、吉田病院様、生きがい交流センターしみず様、山起会ライフサプライ様、大護幼稚園様、ハーモニーカフェ様、味酒心療内科様、コムズ様、デイサービスセンター結い御荘様、地域活動支援センター光と風様、くろだ病院様、NPO 法人ぽっかぽか様、双岩病院様、社会福祉法人きらりの森様、和ホスピタル様、久米病院様、松山記念病院様、平成病院様、真光園様、松山市保健所様、牧病院様、NPO 法人 SORA 様、NPO 法人ほっとねっと様、社会福祉法人花咲会様、財団新居浜病院様、十全第二病院様、豊岡台病院様、松風病院様、松前町社会福祉協議会様、リプル様、地域包括支援センター久米様、デイサービスセンターウェルケアみどろ様、東松山在宅ケアセンター様、梅本の里様、愛大病院様、高柳の郷様、かとれあ様、ウェルケア畑寺様、ひばり園様、ていれぎ荘様、高井の里様、ウェルケア重信様、中川病院様、通所リハビリテーション愛様、生協病院様、小野サロン様、あいじゅ様、くじらクラブの皆様、ごかい様、委託販売をしてくださいましたケアセンターとかじ様、かめ福様、夢家様、“あとりえ de まいんど” や委託販売している場所に足を運んでくださった皆様、その他応援してくださった多くの皆様、また、新聞記事としてご紹介くださいました愛媛新聞社様、毎日新聞社様

ページの都合上、割愛させていただきました点、ご了承ください。今回も読みにくくて申し訳ありません・・・でも、今回もこれだけ多くの皆様にご協力いただいているということなんですよ。。本当にありがとうございます。

どんまいHP からのご注文も毎年受け付けておりますが、今回もたくさんの方にご注文いただきました！北海道在住の方からもご注文いただきました！！また、「新聞記事を見て・・・」とお電話をくださいました方もおりました。

2011年カレンダーですが、メンバー・スタッフ丸となって、昨年よりも皆様に喜んでいただける商品を作りたいと思います。今後ともどんまいクラブ、カレンダーともにどうぞよろしくお願いいたします！！

地域活動支援センター

ゆっくりクラブ



の紹介



ゆっくりクラブってどんな所??



ゆっくりメンバーに聞いてみました!!

☆ゆっくりクラブの自慢は??

精神障害を抱える方が日中過ごす場所として利用される地域活動支援センターです。現在、20才～62才の方までの幅広い年齢の方が利用されています。

「生活リズムを整えたい」、「人と話すことに慣れたい」、「居場所が欲しい。」「就職を目指しているけどまだ不安でちょっとした作業から経験したい」

みなさん、それぞれの目的や目標を持って、ゆっくり自分のペースで通所されています。

- *みなさん、真面目に働くところがいいです!!
- *のんびりしているところがいいです。
- *ゆっくりしているところがいいです!!
- *みんな親しみやすい人達です。
- *みんな仲良く、みんな頑張り屋です!!
- *いざという時はチームワークを発揮します。

☆作業について教えてください。



作業はどんなことをしていますか??

- *印刷製本作業 **「いんさつの咲々屋」**
- *マンション定期点検清掃(1人月2～3回担当)
- *ゆっくりランチ & 弁当(毎週金曜日)
- *内職(箱折り中心)
- *バザー出店(アイスクリーム販売が中心)



*いんさつの咲々屋

パソコンを使うので疲れるし、印刷を失敗しないよう、神経を使う仕事です。しっかりした商品になるよう、丁寧な作業を心掛けています。咲々屋に頼んで良かったと言ってもらうと嬉しいです。

名刺の注文も増えてきていて、今後も、もっと頑張っていきたいです。

*マンション定期点検清掃

体力仕事で、晴れの日も、雨の日も、寒い日も、暑い日も、担当になっていたら責任もって行くことが、しんどい時があります。でも、やりがいがある仕事で、きれいになったら、嬉しいです。

*ゆっくりランチ & 弁当(関係機関の会員様限定)

洗い物、買物、仕込み、盛り付け、配達回収と役割分担してやっています。

色々なレシピが覚えられて役立ちます。おいしく華やかなお弁当になるよう皆で話し合って作っています。また、お客さんが「おいしい!」と喜んでくれることが嬉しいです。忙しいけど一番やりがいがあります。

*内職箱折

初めは不安だったけど、覚えたら簡単で、慣れると癖になります♪

集中出来て、時間があっという間に過ぎてしまいます。流れ作業で協力してやっています。

*バザー出店(アイスクリーム販売)

色々な場所に行けて、バザーも楽しめます。アイスクリームもとてもおいしいです。



からあげ弁当



ゆっくり弁当作り



バザーでの
アイスクリーム販売



いんさつの咲々屋 の紹介

昨年7月15日に「いんさつの咲々屋」をOPENして、早や半年以上が経ちました。おかげさまで、印刷製本業も軌道に乗ってきております。

心からお礼申し上げます。

どんまいクラブのあとリエ de まいんどさんより受注を頂いているカレンダーを中心に、名刺、パンフレット、年賀はがき、ポスターの訂正シール貼り、チラシ、機関誌、etc. …。軽印刷が中心ですが、印刷製本に関わることなら、何でも請け負えるようにお客様と相談しながら頑張っています。

製本中



印刷は間違いがないか、ミスはないか…気を使うお仕事です。

丁寧に、みんなで確認を何度もして。大変な仕事だけど、その分やりがいも多くあります。

「咲々屋に頼んで良かった」そう思って頂けるよう、力を合わせて、頑張っていきます！！

印刷中



お客様の声！！

- * 今まで、大手の印刷会社に頼んでいましたが、質的にも遜色なく、その上お値段もお安いので、大変満足しております。今後ともよろしくお願い致します。(名刺)
- * 色々なデザインを提案してくれて、良かったです。
- * 打ち合わせに足を運んで下さって助かります。
- * 企業に頼むと高くなり、自分ですると手間のかかる、そんな印刷を引き受けて下さって、ありがたいです。

納品中



みなさんの今後の目標を教えてください！！

自身がついたらゆっくりを卒業して、自分の出来る仕事をしたいです。

生活のバランスが取れたら良いです。

いつか会社の正社員として働きたいです。

ゆっくりにならずと通所したいです。

一人暮らしが出来るように生活を安定させたい。

体力をつけて就職したい。

作業を頑張って工賃が欲しいです。

休まずゆっくりクラブに通いたい。

作業を通して、それぞれの目標に向かって、頑張っています！！

いんさつの咲々屋

TEL/FAX089-923-3527

MAIL/yukkuriclub1411@nifty.com

ご注文お待ちしております。
まずはお気軽にご連絡下さい。



☆こころの健康フォーラム情報☆

毎年開催されている松山市主催の「こころの健康フォーラム」が、今年も社会福祉法人きらりの森が松山市から委託を受け、多数の団体が協力して運営委員会方式で準備を進めています。

NPO 法人どんまいも松山市の6法人で構成する法人連絡協議会の一員として、準備に奔走しています。「こころの健康フォーラム」は松山市の精神福祉の理解と活動を知ってもらうイベントです。



平成22年 **3月14日** 日 9:50~14:00

場所 松山東雲女子大学

入場
無料

チャペル

- 9:50~10:20 セレモニー
- 10:20~11:50 講演会「精神障がい者のねがい」講師 山本 昌知氏
- 12:00~12:45 人形劇によるわかりやすい統合失調症講座



中庭

- 11:00~14:00 地域交流バザー
- 12:30~14:00 地域団体によるパフォーマンス

本館南

- 10:20~14:00 精神保健福祉に関する展示
心と体の健康相談コーナー・障がいに関する相談コーナー

主 催：松山市
運営団体：社会福祉法人きらりの森（松山市より委託）
後 援：松山市教育委員会、愛媛新聞社、読売新聞大阪本社、朝日新聞松山総局、毎日新聞松山支局、産経新聞松山支局、NHK松山放送局、南海放送、テレビ愛媛、あいテレビ、愛媛朝日テレビ、愛媛CATV、FM愛媛
協力団体：こころの健康フォーラム運営委員会・松山地域産業保健センター
事務局：社会福祉法人きらりの森（TEL：976-1150）

フォーラム ～こころの健康について考えよう～

人々の毎日の生活は、それぞれのライフサイクルにおいて様々な心の問題があり、時にうつ病・統合失調症などのこころの病気を引き起こすことがあります。このフォーラムは、心の健康づくりを推進するとともに精神障がいに対する理解を深めることを目的として開催します。



(やまもと まさとし)

山本 昌知氏 こらーる岡山 代表(精神科医)

1936年、岡山県生まれ。1961年、岡山大学医学部卒業。岡山県立病院(当時)、尾道市青山病院勤務を経て、1972年に岡山県精神保健福祉センターの所長に就任。精神障がい者の社会復帰推進に努める。1997年、同センターを希望退職後、診療所「こらーる岡山」を患者たちと協力して開設。同代表を務めて現在に至る。

プログラム

会場：松山東雲女子大学

〈チャペル〉

- 9:50～ セレモニー
10:20
市長挨拶
- 10:20～ 講演会 山本 昌知氏
11:50 「精神障がい者のねがい」
- 12:00～ 人形劇によるわかりやすい
12:45 統合失調症講座

〈中 庭〉

- 11:00～ 地域交流バザー
14:00
- 12:30～ 地域団体によるパフォーマンス
14:00

〈本館南〉

- 10:20～ 精神保健福祉に関する展示
14:00 心と体の健康相談コーナー
障がいに関する相談コーナー

会場全体図



周辺地図



お問い合わせ

事務局
社会福祉法人きらりの森
TEL (089)976-1150
担当：清家

こころの健康フォーラム運営委員会

日本精神科看護技術協会愛媛県支部・愛媛県精神保健福祉士会・愛媛県精神保健福祉協会・松山市障害者団体連絡協議会・松山市公民館連絡協議会・松山市民生児童委員協議会・松山市小中学校PTA連合会・松山市社会福祉協議会・松山市地域家族会明星会(地域家族会、病院家族会代表)・松山市精神保健ボランティアグループひばり・精神保健ボランティアグループひなたぼっこ・ほっとなっと松山・松山市法人連絡協議会・当事者(NPO法人SORA、NPO法人ほっとなっと、NPO法人どんまい)・桑原地区まちづくり協議会
オブザーバー：松山市保健所

イベントの中には精神保健に関する人形劇や、地域団体によるパフォーマンス、精神保健に関する展示、相談コーナーなどさまざまなものがあります。

どんまいクラブ、ゆっくりクラブも出店で参加します。昨年同様チラシは、どんまいクラブ「あとリエ de まいんど」が受注・作成して、3年目になります。皆さんぜひお立ち寄り下さい。

お 願 い

NPO 法人どんまいでは現在、HP 更新やどんまいからのお知らせなどを、メルマガにて発信しております。今後もホットな情報を皆様にお伝えできるよう努力してまいりますので、ご登録がまだという方は、ぜひご登録ください！！

下記アドレスまで3月30日までにメールをご送信下さいませ。

最低お名前のみ入っていれば空メールで結構です。お手数ですが、お願いいたします。

アドレス donmai-jim@mbe.nifty.com

NPO 法人どんまい どんまい便り担当 田野

どんまい便りの発行回数が増えました！！

今まで、年2回の夏・冬の発行でした。

賛助会員等になっていただいている方に、事業の詳細を伝える事が出来るのはこのどんまい便りなのですが、年2回の発行では、様々な協力をしていただいている方に申し訳ないとずっと考えていました。その為、来年度からは年3回の発行にしました！！今まで、活動報告が少なく申し訳御座いません。徐々に発行も増やしていきたいと思っておりますので、よろしくお願ひします！！

今までは、夏と冬の2回の発行でしたが・・・これからは、

3月と7月と11月の発行となります。

皆様、どうかこれからも、NPO 法人どんまいをよろしくお願ひします。



精神障害者作業所指導員 小倉千幸さん(23)

人生ってオモシロイ

わたしの夢仕事

「統合失調症やうつ病など」を患った精神障害者の生活を支えている「作業所」という場所があります。精神保健福祉士の小倉千幸さん(23)は、松山市宮西一丁目作業所「ゆっくりクラブ」で自立を目指す障害者をサポートしています。

「ゆっくりクラブには障害があるメンバー31人が登録されています。毎日15人前後が通っており、カレンダーづくりや印刷作業などに取り組んでいます。中には何十年も精神科病院に入院していたため、社会生活を送ることが苦手な方もいますが、集団の中でいろいろなることを学びながら仕事をしています。

「メンバーが無理をしすぎて病状を悪くしないように配慮しながら、自立を目指す障害者をサポートするのはとても難しい仕事です。

1日に1度はメンバー全員に声をかけるよう心がけています。今日は元気がないな」などと変化を感じ取るのも大切なことです。

最初は作業所に通ってくるのがしんどそうだった人が、

やがてわたしに近況を報告してくれるたり、他のメンバーを気づかたりすることまでできるようになっていく姿をみるのが、「作業所を居場所」として利用してきているとうれしく感じています。

「身体障害、知的障害と比べ、精神障害者に対する偏見、差別は社会の中にもまだまだ残っていますね。

小さいころ、家の近所に老人ホームがあり、「大きななつたら福祉の仕事をした」と思い続けていました。その思いを知った中学時代の恩師が「自分の家族に統合失調症患者がいる」と打ち明けてくれました。

恩師は親友にも隠してきたそうです。精神障害を取り巻く社会、家族、本人の苦しみを知るようになりました。その経験が精神保健福祉の分野に進んだ一番の理由です。

仕事はもともと楽しいことばかりではありません。一本

当にこの判断で良かったのか」と悩み、迷うことが多いです。同僚や病院、メンバーの家族なども連携しながらみんなで支えています。

「小倉さんには大きな目標があります。読者のみなさんにも一緒に考えてもらう必要がありそうです。

精神障害に対する社会の理解が進み、地域の受け皿が十分であれば、精神障害者だけでなく、すべての人が暮らしやすい街になるはず。そんな社会が実現できるよう頑張りたいです。みなさんにも精神障害のことを「一線を引いた向こう側の問題」と考えず、自分自身のこととして受け止めてほしいです。

自立生活をサポート 理解ある社会実現したい



精神障害者の地域生活を支援するためメンバーとの対話を欠かさない小倉さん

Newspaper In Education

2009.12.12付 愛媛新聞
「人生ってオモシロイ
～わたしの夢仕事～」

2009.8.20付 愛媛新聞
「真心込めて印刷作業」

真心込めて印刷作業



オープンした「いんさつの咲咲屋」で、ポケットティッシュにチラシを入れるメンバー

松山 精神障害者ら受注

精神障害者が働く地域活動支援センター「ゆっくりクラブ」(松山市宮西一丁目)内「広く印刷作業を受注したい」にこのほど、印刷作業を請けと呼び掛けている。

負つ「いんさつの咲咲屋」がオープン。障 営利活動法人(NPO法人)

精神障害者が働く地域活動支援センター「ゆっくりクラブ」(松山市宮西一丁目)内「広く印刷作業を受注したい」にこのほど、印刷作業を請けと呼び掛けている。

負つ「いんさつの咲咲屋」がオープン。障 営利活動法人(NPO法人)

「どんまい」が運営。約2年前から、カレンダー印刷を受注するなどの実績を重ね、7月に咲咲屋を開店した。

現在、自殺予防週間のA5判チラシを入れたポケットティッシュ3千個の製作を松山市から受注。17日は19〜62歳の障害者約15人がチラシを切り分けて半分に折り、丁寧にティッシュに入れていた。体調が悪い人は無理をせず、それぞれのペースで取り組んでいた。

同クラブの指導員を務める小倉千幸さんは「就職を目指す障害者と、居場所として活用する障害者が混在しており、一生懸命取り組んでいる。安く設定しているのを利用してもらいたい」と話している。

問い合わせは同クラブ電話 089(9223) 05017。



H21年度法人活動報告

- 4/1 ゆっくりクラブ「地域活動支援センターⅡ型」へ移行
- 4/3 どんまい花見会（道後公園）
- 4/9 共同募金配分金交付式（スタッフ2名）
- 4/19 地域移行支援検討会（スタッフ2名）
- 4/20 わかば開所（どんまい本町センター3F）
- 5/6 愛媛新聞“精神障害者の退院支援”記事掲載
- 5/12 法人連絡協議会出席（理事長）
- 5/13 第12回精神保健福祉支援連絡会議（女性総合センター）
- 5/23 H21年度通常総会開催
- 5/30 NPO法人SORA しののめハウス内覧会出席（スタッフ）
- 6/5 どんまい本町センター消防定期点検
- 6/6 社会福祉法人花咲会 合同研修・勉強会（スタッフ）
- 6/15 聖カタリナ大学実習生1名受け入れ（～6/19）
- 6/18・19 印刷製本業見学・研修（兵庫県）（スタッフ1名）
- 6/19 ギャンブル依存症“理解と援助”研修（スタッフ2名）
- 6/22 愛媛医療福祉専門学校実習生1名受け入れ（～6/30）
- 6/26 どんまい本町センター合同防火避難訓練
ケアホーム緊急対応電話設置
- 6/27・28 救命救急講習会（常勤スタッフ・生活支援員全員）
- 7/1 第13回精神保健福祉支援連絡会議（女性総合センター）
- 7/14 法人連絡協議会出席（理事長）
- 7/15 ゆっくりクラブ“いんさつの咲々屋”オープン
- 8/3 愛媛新聞“精神障害者ケアに高齢者”記事掲載
- 8/18 県立広島大学実習生1名受け入れ（～8/25）
- 8/19 障害者自立支援対策特例交付金に関わる説明会（理事長他2名）
- 8/20 愛媛新聞“真心込めて印刷作業”記事掲載
- 8/22 どんまい夕涼み会（奥道後山頂ビアレストラン）・参加103名
- 9/2 第14回精神保健福祉支援連絡会議（女性総合センター）
- 9/8 法人連絡協議会出席（理事長）
- 9/9 インフルエンザ講習会（スタッフ全員）
- 9/14 ケアホーム入居者選定会議（理事長、ケアホームスタッフ）
- 9/19 本町ケアホーム合同お月見会（本町ケアホームメンバー・スタッフ）
- 9/28 ケアホーム入居者選定会議（理事長、ケアホームスタッフ）
- 10/14 名刺印刷機導入
ドキュメンタリー映画祭交流会（スタッフ1名）
- 10/16 本町ケアホーム合同バーベキュー（本町ケアホームメンバー・スタッフ）
- 10/24 「こころの健康フォーラムin余土」出店参加
- 10/29 地域移行支援検討会（理事長、スタッフ1名）
- 11/4 第15回精神保健福祉支援連絡会議（女性総合センター）
- 11/10 法人連絡協議会出席（理事長）
- 11/28 NPO大交流会（スタッフ2名）
- 12/6 南風会設立5周年記念 わらび座ライブ（メンバー、スタッフ）
愛媛新聞“幸せ祈るカレンダー”記事掲載
- 12/9 毎日新聞“封筒リサイクルで台紙作り”記事掲載
- 12/11 本町センター支援員会議（理事長、スタッフ、支援員）

- 12/12 ねっこの会チャリティコンサート（メンバー、スタッフ）
 12/17 防災訓練
 12/18 愛媛CATV取材
 12/19 本町センター防火器具点検
 1/12 法人連絡協議会出席（理事長）
 1/13 第16回精神保健福祉支援連絡会議（女性総合センター）
- 3/3 第17回精神保健福祉支援連絡会議（女性総合センター）
 3/8 聖カタリナ大学実習生1名受け入れ（～3/14）（予定）
 3/9 法人連絡協議会出席（理事長）（予定）
 3/14 「こころの健康フォーラム」出店参加、企画・展示コーナー担当（予定）

どんまいのHPを開設しています。

皆様に読んでいただけるよう、がんばって更新していきたく思います！
 このどんまい便りも、HPで公開しています。カラーでお楽しみいただけますので、ご覧ください！
 是非お気に入りに入れて下さい。どうぞよろしくお祈りします！！

<http://npo-donmai.web.infoseek.co.jp>

NPO法人どんまいHPへどうぞ！！

どんまいの活動報告、どんまいクラブの商品紹介や、[きょうの晩めし\(CHブログ\)](#) [ゆっくりやっています\(作業所ブログ\)](#) [未だ不完全燃焼\(理事長K5君のブログ\)](#) など、盛りだくさん！！ちょっとのぞいてみてくださいな。

★NPO法人どんまい賛助会員募集中★

H21年度も多大なるご理解・ご協力をいただきまして誠にありがとうございました。皆様のおかげで、活動を無事に行うことができました。来年度も何卒よろしくお願い致します。

まだまだ賛助会員を募集しておりますので、皆様ご協力のほどよろしくお願い致します。また、H21年度賛助会員費未納の方は、ご入金いただきますようよろしくお願い致します。

お問い合わせはこちらまで：

スタッフ事務所 〒790-0811

松山市本町6丁目11-8 どんまい本町センター1F TEL 089-989-3023

NPO法人どんまい賛助会員募集中

個人年会費＝ 1口 5000円

団体年会費＝ 1口10000円

振込口座 伊予銀行 松山駅前支店 普通 1922677

NPO法人どんまい 理事長 谷本 圭吾 宛

編集後記

編集長の左古です。どんまい便りを作成にあたって、過去を振り返ります。ああ、こんな事あったなあ。この時は、ダメだったなあ。過去を振り返ってみると、発見が色々あります。この気づきが、仕事を活かすものだと感じた今回のどんまい便り。頑張って作ってみました。田野の方も一生懸命作ってくれました。また見ていただけたら嬉しく思います。最後になりましたが、いつも本当にありがとうございます。若い人が増え、他所から見て大丈夫かなと感じる事が本当に多いと思います。いつか、実と信じて、もう少し付きあっていただけたら幸いです。まだまだ、力不足な私たちですが、どうかこれからもよろしくお願いします。

SAKO

編集担当のまめだぬきです。そうです、田野です。今回も編集長左古と分担して取り組みました。時間に追われながらの作成になってしまい、不十分な点があるかとは思いますが、ぜひご覧ください。また今回より、どんまい便りの発行回数が年3回になりました。どんまいの活動を皆様により知っていただけるよう、一生懸命取り組んでまいります。メルマガの登録もまだまだ受け付けております。皆さまのご協力のもと、このような活動ができますこと、心より御礼申し上げます。今後とも、NPO 法人どんまいをよろしくお願い致します。

TANO



おまけのページ



どんまい事務所の前に、本町6丁目のバス停が偶然あり、イスもなく、皆疲れた表情でバスを待っているの、イスを出すようになりました。すると、休みの日に感謝状がポストに入っていた次第です。惜しくもNPOではなくMPOでしたが、こういった些細な形で、地域と交流を深める事が大切なのだなと感じました。最近あった、心あたたまる小話でした。

