

どんまい便り

vol.26

2017.Feb.

まいん

地域移行支援に取り組んで

退院した A さんにお話を伺いました

..... P1

地域の課題

..... P1

シリーズ 事業所の取り組み

いんさつの咲々屋

オリジナルメモ帳制作奮闘記

..... P2

新人紹介

..... P2

NPO法人どんまい 家族会

..... P3,4

どんまいクラブ

忘年会&誕生会&

クリスマス会を開催しました

..... P5

自主製品の新品紹介

りすマグネット

..... P5

2017年カレンダー御礼

..... P6

愛大清掃

..... P6

ゆっくりクラブ

研修旅行

..... P7

第22回愛媛県視聴覚福祉センター

☆文化祭

..... P7

いんさつの咲々屋

研修旅行 東予希望の家 part II

..... P8

忘年会に行ってきました

..... P8

どんまいハウス

日帰り旅行

..... P9

GH クリスマス会&忘年会

..... P9

グループホーム 突撃 インタビュー

～気になるあの人は今～

..... P10

この冊子は
オンデマンド印刷機で
印刷しております。
ご用命はこちらまで

いんさつの咲々屋

089-961-1991



地域移行支援に取り組んで

指定一般・特定相談支援事業所

まいん



相談支援専門員として利用者に関わり、個人のニーズを伺い支援していく中で、たくさんの地域課題や今の制度の問題点、支援者としての関わり方など実に様々な事が見えてきます。そして社会の流れが変わっていく中で、自分はどうかあるべきか、5年後、10年後を見据えて、精神障がい者の方々のために今何が出来るのか。日々悩みながら支援しています。



～退院したAさんにお話を伺いました～



Q1 入院中の気持ちを教えてください

A1 生きた屍というかゾンビみたいでした。自分も周りの人の目が死んでいると思っていました。ここから出られるだろうかと不安でした。でも、入院していなかったら生きていなかったとも思います。

Q2 退院の時、何が一番不安でしたか？

A2 人間関係がうまくいかずに入院したので、退院の話が出た時に、その相手の顔が浮かんできて外に出られなくなり不安でした。すぐに人に頼ってしまっていたので退院して大丈夫だろうかという気持ちもありました。

不安だなあ…



Q3 地域移行支援を利用して良かった事はありますか？

A3 吐き出せない思いを吐き出せた事だと思います。これまで自分の気持ちを溜め込んで体調を崩していたけど、相談したり助言をもらっているうちに心が強くなってきました。

Q4 これからしてみたいことはありますか？

A4 ビクビクせずに普通に暮らしたい。デイケアを利用して明るくなりたいと思います。

Q5 今も長期入院となっている方にメッセージをお願いします

A5 退院したら、いろんなところに行けて、すっきりして楽しいですよ（笑）

■ 地域の課題

相談支援事業所まいん 濱石 圭子

今回、退院出来たAさんが「ビクビクせずに普通に暮らしたい」と言われました。これを受けて、私たち支援者は、Aさんがつまずいてしまった人間関係の事だけに焦点を置いてしまいがちですが、そうではなく、たとえ人間関係につまずこうとも、上手くいかないことが多くても、どんな社会資源があれば誰もが人間関係の不安を減らしていくことが出来るのかを考え、社会全体で支え合い、障がいがあってもなくても、堂々と胸を張って生きていける地域とは何か？などの視点で捉えていき、活動していく事が大切なんじゃないかと思いました。





メモ帳を作った時は、相手に気に入ってもらえるか気にしながら作っていました。



初めての作品づくりで緊張と不安を感じながらも、一生懸命頑張りました。四苦八苦ながらも自分たちの考えたデザインがカタチになっていくのはとても達成感があり、楽しかったです。貴重な体験をさせてもらいました!!

うさぎのイラストを作るにあたり、あまり使用したことのないツールを使っただすが思いのほか上手くでき嬉しかったです。



メモ帳のデザインをやってみないかと声をかけてもらった時は不安だったけど、自分のデザインがひとつの作品として出来上がっていくのはとてもうれしかったです。作業も楽しみながら、一生懸命頑張りました。貴重な体験ができてよかったです。機会があればまた、デザインやイラストをやってみたいです!



本格的に全体のデザインをしたのは初めてでしたが、とても勉強になりました。テーマを大正ロマンに定め、とにかく華やかになるように作りました。



メモ帳のデザインをしてほしいと言われて実際にやってみると、かなり大変で自分のセンスの無さを自覚しました。これからもまたメモ帳のデザインを頼まれることがあればもっとうまくできるようにがんばりたいと思います。



■ 新人紹介

「NPO 法人どんまい」に新しい仲間が入りました。



石井 マリ
(いしい まり)

どんまいハウス

★きっかけ★

約20年間、介護・福祉の仕事をしていましたが体を悪くして休職していました。元気になり心機一転、こちらの世話人の仕事に応募しました。

★趣味・特技★

旅行・ドライブ

★ひとこと★

まだまだわからないことばかりで日々、勉強ですが皆様のご指導のもと、あせらず少しずつ努力していきたいと思います。よろしくお願ひします。



『朝美会』 交流会

平成 28 年 9 月 28 日 (水)

松山記念病院の家族会『朝美会』の方と、交流会を行いました。実際の生活の場や作業をしている様子を見ていただき、昼食はゆっくり弁当を味わっていただきました。多くのご意見、ご感想をいただくことができ、大変有意義な交流会となりました。

1 日のスケジュール

午前	事業所見学 グループホーム 『どんまいハウスこだち』 就労継続支援B型事業所 『ゆっくりクラブ』 『いんさつの咲々屋』
昼食	ゆっくり弁当を食べながら茶話会
午後	職員発表 DVD 上映 ピアサポーター発表 交流会



体験発表をするピアサポーター

参加されたご家族の声

- 入居者の方々が地域に受け入れられて、いろいろな行事と一緒に参加している様子がよくわかりました。
- 作業所では皆さんすごく集中して作業されており、説明もメンバーさんがていねいにしてくれたので良く分かり感心しました。
- 多くの当事者が協力、助け合いながら活動している様子を見て、自分の子どもも将来就労してほしいと思いました。
- どんまいハウスを見学し、将来、子どもの世話ができなくなった時にグループホームとして利用できる場所があるのだと認識しました。



当日は、当事者であるピアサポーターの方にも見学対応や茶話会に参加していただき、『自分の話を聞いてもらって力になれたらと思いました』『自分の体験をもとに話をすることで安心されたようでよかった』など前向きで自信に繋がる声を聞くことができました。ピアサポーターはこのように、自分の体験を通し、同じように病気を抱えている方が自由な生活を送れるようになってほしいという気持ちで、病院関係者や入院患者の方々へ活動を行っています。朝美会の皆様（病院関係者様）、このような機会を作っていただきありがとうございました。

NPO法人どんまい 家族会

平成 28 年 11 月 19 日 (土)

NPO法人どんまい第2回家族会を開催しました。

B型、グループホーム合わせて 14 家族、16 名の方にご参加いただき、交流を図る事ができました。

10 周年のDVD鑑賞をしたのち、2グループに分かれての意見交換会を行いました。

話し合いの内容としては親亡き後の子どもの面倒はどうすれば良いか、きちんと自立した生活が送れるようになるか、作業所での様子はどうかなど家族ならではの心配や、気になる事の胸のうちの家族同士や職員を交え話をすることができました。



参加者の声

- ・他の家族の話を聞き、将来の心配をしている事は同じでした。これからどの様に変えていくかという事がまず第一歩だと感じました。
- ・交流会が有意義でした。



家族同士で、「自分の子どもはこんな状態…」に対して「うちも前はこうだった」など家族同士での会話も生まれていました。

心配事や同じ悩みを持つ方が多くいるという事を家族同士でも理解ができて、安心した様子も見られました。

参加されたご家族の方からも様々な声をいただき、とても有意義な会になったと思います。今後も定期的に家族会を開催していく必要があると感じました。

忘年会&誕生会&クリスマス会を開催しました

カラオケが
楽しかったです。
また来たいです！



食事もおいしかったし、
カラオケも歌いたい曲が
歌えて満足でした！

バイキングでは色々な
メニューがあっておい
しかったです。



普段の食事よりバランスが
とれた食事ができてよかっ
たです！



猫とたくさん遊べて
楽しかったです。



猫カフェに初めて行ったが
とても楽しかったです！
また行きたいです！



自主製品の新品紹介・りすマグネット



制作者Sさんのお話



Q. おすすめポイントは？
A. 「ぷっくりほっぺとふわわり
しっぽです」

Q. 苦労したところは？

A. 「リスの形やポーズ、表情、お腹にマグネット
を入れる所です。初めて作ったアイテムなので
試行錯誤しながら工夫して作りました」



どんまい
クラブ

2017年 カレンダー



たくさんのお買い上げ ありがとうございました。

2017年もどんまいクラブのカレンダーをご購入いただき、誠にありがとうございました。おかげさまで、たくさんの皆様にお買い上げいただきました。

ほのほのカレンダーの制作を始めて10年。来年はさらに良いものをお届けできるよう、職員・利用者一同頑張ります!!

引き続きご愛顧いただきますよう、よろしく願いいたします。

なお、現在も絶賛販売中です。

お問い合わせはどんまいクラブまで。

☎089-923-3023

大好評につき 絶賛販売中!

愛大清掃

共同受注窓口を通して、12月5日(月)、13日(火)に愛大医学部構内の落ち葉清掃を請け負いました。2日間でのべ12人の利用者が清掃に行ってきました。

スタート



ゴール



★利用者さんの感想

前日に雨が降っており、落ち葉が掃きにくかったですが、根気強く取り組むことができました。



2日目は雨が強くなってきたので午前中で切り上げることになり残念でしたが、一生懸命掃除できました。

ゆっくりクラブ研修旅行

11月7日に南予方面へ研修旅行に行ってきました。西予市宇和町卯之町にある就労継続支援B型事業所KOHOLAさんにお邪魔しました。障がいのある方が、自主製品としてパウンドケーキやクッキーを作られており、作業工程を見学させていただきました。また、八幡浜市保内町にあるオレンジベイフーズさんでは、マクドナルドのハンバーガーのパーティを作っている工場内を見学させていただきました。安全でおいしいパーティを作るために、厳正な品質チェックや徹底した衛生管理を行っているそうです。貴重な見学の機会になりました。



昼食は、ボリューム満点の「からあげ定食」や女性に人気の「宇和膳」☆



異物混入を防ぐため、全身を衣服で覆い、出るのは目だけの状態に！俺たち、ミシュランマン！？



パウンドケーキ作りを見学！一つ一つ丁寧に袋詰め♪



出来たてパーティの試食会～♪♪オレンジベイフーズで作られるパーティの一日の生産量は、積み上げると富士山の3つ分の高さに!!! たくさんの具材も用意していただき、大喜びでオリジナルバーガーをほおぼる私たち・・・

第22回 愛媛県視聴覚福祉センター ☆ 文化祭

11月23日(水)、毎年恒例の文化祭が開催されました!! 視聴覚障がい者やボランティアの人達の社会参加、交流の場である文化祭に、お弁当販売で毎年参加させて頂いています。ふれあいフェスティバル(コーラス・演奏・手話劇他)や食べ物販売、盲導犬ふれあいコーナー、点字体験、バザー、施設生産品販売、喫茶コーナー、その他様々な催し物があり、毎年大好評です。今年は例年よりお客様が多く、大変賑やかでした!



販売中!!「いらっしやいませー美味しいゆっくり弁当はいかがですか〜?」
元気に声かけ! 道行く人は興味津々〜??



みきちゃんと一緒に **ご満悦!**



あっという間に **「完売!」**



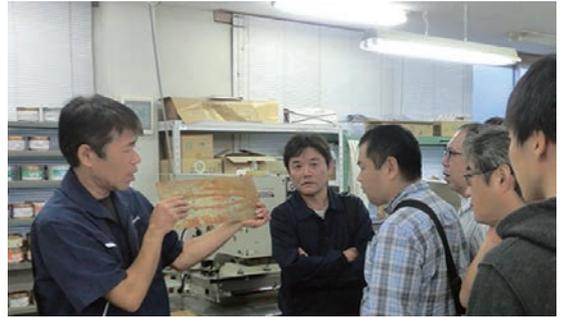
☆**今年の反省**☆ あっという間の完売だったので、来年はもっと作ってたくさん売りたいです!

10月21日(金)「東予希望の家」に行ってきました。就労継続支援B型事業所「東予希望の家」は印刷・タオルの梱包・ミシン掛け・電気部品の組立て・梱包などを行っている就労支援施設です。2年前にも伺っているのですが、メンバーも入れ替わり、かつ大幅に増えたこともあり、2度目の訪問をさせていただきました。

施設は広く、作業スペースもゆったり。整理整頓もしっかりなされており、咲々屋も見習わなければ…と反省。

印刷部門では金箔を使った「箔押し」印刷の説明を受け、みんなで感心し、ミシン縫製部門ではクリーンルーム内で行っていることに驚きました。

研修の後は伊予水軍で食事を堪能し、イオンモール今治新都市&道の駅ふわりでお買い物と、小旅行を満喫して帰りました。



箔押し印刷の説明を受けるメンバー&スタッフ

利用者さんの感想

所内がとっても広くてびっく！個々人の作業スペースもゆつたいていて作業が行い易い環境でした。

なによい通路が広く、重いものも往來がしやすく設計されているのに感心しました。(Y.K)



伊予水軍で舌鼓



瀬戸内海をバックに



今治新都市にてお買い物を満喫

忘年会に行ってきました♪

12月16日(金) ウェルピア伊予にて忘年会を行いました。咲々屋からバスに揺られること30分。温泉につかり、昼食に舌鼓を打った後は…お楽しみのカラオケ大会、ゲーム大会！

カラオケでは「ストレス発散！」と言わんばかりの絶叫・奇声系!?!の歌声の連続。かと思えばしっとりバラード系が披露されたり。

ゲームでは定番トランプのほか将棋、マーじゃんなど各グループに分かれてのゲーム大会。また、お土産コーナーで家族へのお土産を購入したりと楽しいひと時を過ごしました。

利用者さんの感想

今年初めて参加しました。広い畳の部屋でご飯を食べました。歌は英語で歌いたい昔の曲を歌っていたりしたので、あまり声が出なかったのが残念だったけど、色々楽しく出来たのでよかったと思います。(S.N)



どんまいハウス 日帰り旅行

毎年恒例の日帰り旅行に今年も行ってきました！
 今年はしまなみ海道を渡り因島、広島方面へ。
 昨年までは全員同じルートで旅行をしていましたが、入居者の身体状況などを配慮して
 2つのルートに分かれ旅行をしました。

いざ出発。



海鮮うまい！

まずは因島万田酵素
工場に全員集合！
ここからは体調に
応じて分かれて行動を
しました。



まんざ～

おなごドーン



尾道千光寺散
策ルート
昼食は名物！
アナゴ重

大三島伯方の塩工
場見学ルート
昼食は魚介の網焼
きを食べました。

極アイス
白じゅっぽい。



伯方の塩ソフト
食べたり！！
工場見学満喫



険しいけど
楽しかった！

千光寺へGo！
険しい道のり
です。

あいにくの雨天でしたがいい思い出になりました。
みやげ話を持って帰りながら来年の旅行を楽しみにしている人もいました。
ほぼ予定時間通りに怪我や事故なく無事に帰宅しました。
みなさんお疲れ様でした！



毎年恒例！！～GHクリスマス会＆忘年会～



昨年、12月25日（日）に全グループホームから
メンバーが集まり、毎年恒例となっている「クリスマ
ス会＆忘年会」を開催しました。退所された方も数名



初球ストライク！

ほど参加してくださ
り、とても楽しい会と
なりました。

みんなで協力して
ケーキづくりやビンゴ大会を行いました！
終わってからはカラオケ大会をしたり、ポーリングをし
たりして盛り上がりました。



利用者さんの感想



- ・ケーキがとてもおいしかった。ビンゴ大会の景品は後の方が良かったから残念だった。ポーリングは楽しかったけど疲れた。
- ・クリスマスツリーがピカピカしててきれいだった！ケーキとジュースがおいしかった。

グループホーム突撃！インタビュー ～気になるあの人は今～

新しくグループホームに入居したメンバーにインタビューしました！

- Q1 入居してどのくらい経ちますか？
- Q2 グループホームの生活で、つらい事やしんどい事は？
- Q3 グループホームでの生活で嬉しかった事は？
- Q4 これからしてみたい事、今後の目標を教えてください。
- Q5 最後に一言どうぞ。



どんまいハウスこだち Aさん

- A1 もうすぐ5ヶ月になります。
- A2 別にありません。
- A3 一緒に住んでいる方たちと仲良くできています。
- A4 頑張ってお金を貯めていきたいです。
- A5 グループホームは楽しい所です、皆さん来てください。

どんまいハウスいずみ Bさん

- A1 約3ヶ月になります。
- A2 今の所は何もありません。
- A3 皆さんが声をかけてくれて、分からないところは教えてくれることです。また、夕食後にはトランプをして楽しんだり、テレビを見て楽しむことです。
- A4 娘の卒業式に出たいです。また、B型の仕事にも早く見学に行きたいです。
- A5 いずみのメンバーは皆さん仲良しで、馴染みやすい場所です。近くへお越しになる際は、寄ってみてください。



NPO 法人どんまい 賛助会員募集中!

いつも NPO 法人どんまいの活動へのご理解、
ご協力を頂きまして心からお礼申し上げます。

皆様のおかげで、活動を無事に行っていくことができます。

ご協力いただける賛助会員を募集しておりますので、よろしくお願い致します。

ご賛同いただける方はメールかお電話でご連絡の上、下記の口座にご入金お願い致します。

ゆうちょ銀行

◆口座番号 01630-3-140194

◆口座名 NPO 法人どんまい

※他行からお振込みの場合
169店 当座 0140194

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

個人会員 = 1口 5,000円

団体会員 = 1口 10,000円



★メルマガ配信中!!

merumaga@npo-donmai.com

メルマガをご希望の方は、アドレスに
メールの送信をお願いいたします。

なお、お問い合わせもこちらの
アドレスまでご連絡ください。

NPO法人どんまい

〒790-0811 松山市本町6丁目11-8

☎ 089-907-1541

編集後記

どんまい便り26号は、いかがでしたでしょうか?

早いもので、もう年度末ですが、振り返ってみますと各事業所ともに研修旅行やクリスマス会などの行事が盛りだくさん、利用者さんの笑顔が絶えない一年でした。

また、その他にも法人10周年記念事業や家族会などの行事を通し、ご家族や関係機関の皆様との交流も図ることができたように思います。

来年度も、皆様方にお楽しみいただけるような誌面作りを致しますので、これからも宜しくお願いいたします♪

編集担当者一同