

E-JAN通信

通算
56号

NPO 法人 遠州精神保健福祉をすすめる市民の会
〒430-0901 浜松市中区曳馬 2-8-19
TEL 053-461-6045 FAX 053-545-6059
<https://www.npo-e-jan.com>
E-mail info@npo-e-jan.com

令和4年3月発行

ひきこもりサポートセンターこだまの動画が出来ています



こだまの交流スペースを(だいたい)1分で紹介します。



週1回の「うんどうプログラム」の中から、バスケットボールを紹介します。



春のイベント「お花見」に行った様子です。



毎年、新年には皆で初詣に行っています。

ひきこもりサポートセンターこだまでは、令和3年度から『こだま動画』を作成しています。

現在、こだまへの道のり動画(浜松駅編・遠州病院駅編)も合わせて6本が作成されました。

こだまホームページに掲載されていますので、ぜひ一度、見てみてください。

携帯の方はQRコードを読み込むと、動画一覧のページに飛べます。



こだまHP <https://npo-e-jan.com/kodama/>



他にも、サポステはままつではTwitterを始めています。スタッフが、サポステの様子をお伝えしています。ぜひ、のぞいてみてください!



サポステはままつ
@sapo_hamamatsu



地域若者サポートステーションはままつからのお知らせ

サポステはままつでは今年度からセミナーを増やしました。

利用者さんがセミナーに参加利用することで働く意欲や自信の向上へ繋がるようにと考えています。

	月	火	水	木	金
午前		仕事における「報告・連絡・相談」メモ取りなどの練習。 (全 3 回)	参加者が自由に発言をし、それぞれの思いや気持ちをみんなで共有体験。 (全 8 回)	仕事に必要なコミュニケーション・マナーの基礎編。 (全 8 回)	人との関わりや集団が苦手な人に互いにゆるいつながりの中でのコミュニケーション体験。 (全 6 回)
午後		働くために必要な自信の回復や気持ちの向上を目指す作業体験。 (全 4 回)	初めて就職活動をする方、迷いや不安がある方と一緒に就職活動の流れを考えていく。 (全 4 回)	仕事に必要なコミュニケーション・マナーの発展編。 (全 8 回)	
その他	(月 1 回)	就労体験の入り口として、農作業、除草作業、外環境整備などをグループ作業で行い「働くイメージ」を高めていきます。			
	(年 3 回)	サポステ内で、配布物の封入作業などの簡単な事務作業やデータ入力等を体験し、事務職の職業理解と就労に対する気持ちを高めていきます。			

・お仕事セミナー

マクドナルド(フロム東海)様での体験の様子



前号(55号)でご紹介しましたが、サポステはままつでは不定期で企業説明会「お仕事セミナー」を開催しています。今回はお仕事セミナーから就労に繋がった事例をご紹介します。

事例紹介 男性33歳

専門学校卒業後、就職活動を行うが就職が決まらず学生時代から行っていたアルバイトを継続。約4年間働いていましたが対人関係で悩み退職。その後、働くことに対して不安と自信を無くしてしまい、約7年間就労活動に意欲が持てず自宅で過ごしていました。

<初期>

知人の紹介で来所。初回は母親も同席し「この先、雇ってくれるところがあるのか？働けるのか？」と、不安でいっぱいでした。約1年経過、面談と各種プログラムに参加し、本人も少しずつ就労への意欲が高まってきました。



<中期>

ハローワークと連携を行いながら本格的な就労活動を開始。すると、精神的な不調が見られるようになったため、心理相談を併せて就労相談を継続しながら職場見学や事業所への応募を行ってきました。

【家族の調整】

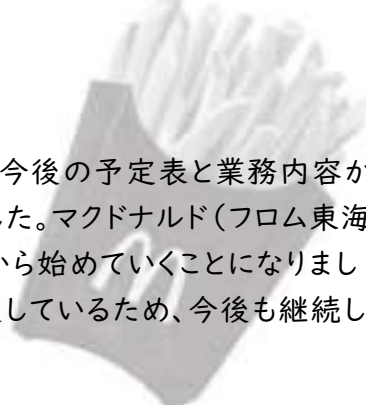
家族からは正社員就労を期待され、本人が希望するパートでの働き方に食い違いがでてしまいました。本人から「どうしていいのか分からなくなってしまった」と相談がありました。そこで家族と今後の方向性を話し合い安心して就職活動ができるようになりました。

<就職>

サポステで企画したお仕事セミナー、マクドナルド(フロム東海)に参加。見学体験会にも参加し、全てマニュアル化されていることで仕事内容がイメージしやすく、働き易さ(週1日/3時間から)に魅力を感じ応募することになりました。本人の自宅から一番近い店舗を紹介してもらい店長様と面接日を調整し、面接同行をさせていただきました。マクドナルド(フロム東海)様も面接時間をしっかりと取ってくれ、本人の不安や疑問に丁寧に答えてくれました。その場で採用が決まり、本人の希望日から就労がスタートすることになりました。

<その後>

約8年ぶりの就労と言うことで不安は強かったですが、入社の際に今後の予定表と業務内容が記入されたプリントを渡されて不安を軽減することができたようでした。マクドナルド(フロム東海)様も本人のこれまでの経緯を受け入れてくれ、最初は週1回3時間から始めていくことになりました。本人も「少しずつ仕事を覚えシフトを増やしたい」と目標を設定しているため、今後も継続してサポートを行い、目標の「正社員」を目指していければと思います。



※この事例は実際の事例をもとに、個人を特定できないように一部調整しています。

地域若者サポートステーションはままつ

浜松市中区中央1丁目13-3 3F 浜松市若者コミュニティプラザ内 電話 053-453-8743



たけのこくらぶ

たけのこくらぶ報告

令和3年度第3回 茶話会 令和3年11月7日 曳馬協働センター



たけのこくらぶの部員が6名、それ以外の方が6名、計12名で行われました。
感染症対策のため、部屋を二つ取ってありましたが、今回は人数が比較的少なめでしたので、一度同じ部屋に全員が集まり、自己紹介をしました。その後部屋を分かれて茶話会を行いました。

近況報告から始まり、お互いの悩みを言い合ったり、同じ悩みを克服した方から助言をもらったりと有意義な茶話会となりました。保護者としての悩み、当事者としての悩み、ボランティアとしてどう関わったらいいか、普段の仕事を通して考えたりと、この会は多様な方が集まる会なので、それぞれのお立場から助言をいただくことができます。
最後にもう一度、同じ部屋に全員が集まり、それぞれの部屋で出た内容を発表しました。



隔月で行う予定の茶話会ですが、コロナの感染状況により中止になることもあります。次回は3月27日(日)13時30分から曳馬協働センターで開催予定です。現在はソーシャルディスタンスを取って飲食なしで行っています。
興味がありましたらご参加くださいませ。事前に事務局(053-461-6045)までご連絡をお願いいたします。

高橋久美子

会員さんに素敵な絵を描いていただきました!



精神障害のある人のための気軽に寄れる居場所

令和元年8月からE-JANの2階を開放して居場所の提供をしています。
始まったきっかけはある会員さんの相談からでした。

休みたいときに
休める場所が欲しい

居場所があれば
外に出られそうな人がいる

気軽に寄れる場所が欲しい

そんな相談から試験的に始まった居場所が3年半経った現在も続いています。



参加されている方の声

Sさん(男性)

精神保健福祉センターで「たけのこくらぶ」のチラシを見て、面白そうだと思い問い合わせをすると居場所を案内してもらい来ている。男性が少ないとあったので来てみた。

Mさん(男性)

自分ではあまり居場所にこだわらないタイプなのですが、とりあえず自分のエリアが作れて健常者であったり、同じような障害の人、もしくはそういう障害の施設の従事者とかと話をして「最近こう言うことが多い」とか、「ここではこう言う取り組みをしている」と言うのを知れたらいいなと思って通うようになったので、それが実際に自分のためになっている時もあるので居場所に来てよかったと思っています。

Hさん(ボランティア女性)

普段の介護疲れの発散が出来、ボランティアにとっても大切な居場所になっている。

Sさん(ボランティア女性)

ひとり暮らしでコロナ禍もありお話しする機会が減ってきているが、居場所に来るとみなさんとお話が出来て楽しい。



*現在はソーシャルディスタンスを取って、お話をすることが多いですが、人によっては絵を描いたり、塗り絵をしたりと過ごし方はそれぞれです。

*居場所は週に1回、10時から14時の間E-JANの2階で行っています。

*日によって利用人数がまちまちですが、多くてもボランティアさん含め7人ほどです。

興味のある方はE-JAN事務局にお問い合わせください。電話 053-461-6045(大谷・高橋)

ぷらたなす 紹介



「ぷらたなす」を一言で表すと
障害者総合支援法に基づいた指定特定相談支援事業所となります。
これではわかりづらいと思いますので、なるべく専門用語を使わずにご説明させていただきます。

現在、ぷらたなすでは、
常勤2名、非常勤1名の相談支援専門員が活動しています。

私たちは相談支援専門員とは何かを説明する際、『介護保険でいうケアマネさんみたいなもの』といった表現をよくします。ケアマネさんが高齢者のケアプランを作成するように、私たちも障がいを持つ方たちが障害福祉サービスを利用するための計画を作っています。



計画作成が必要なサービスは、
将来の就労に向けたもの、家事援助等でのヘルパー利用など
多数設定されています。
その中で、私たちはご本人の希望や生活状況等をお聞きした
上でサービス利用計画を作成させて頂いています。

サービス利用開始後は、
サービスが適切に提供されているか、そのサービス利用が有効なもの
になっているか、またご本人の生活状況等に変化がないかなどを確認する
ため、定期的な訪問等にてお話を伺う「モニタリング」を行っています。

そのモニタリングの頻度は、ご利用者様のご家族と同居しているのか
独居なのか、またご本人やご家族の状況などにより、毎月の方から半年
に1回の方までとさまざまです。

ご本人の状態の変化やご希望により計画の変更を行うことも私たち
の重要な仕事の一つです。



私たちぷらたなす相談員は、ご利用者様が望まれる生活の実現
を第一義として日々の仕事に取り組んでおります。

【こだま】浜松市ひきこもり地域支援センター啓発講演会

令和4年2月27日（日）、ひきこもりを理解するための啓発講演会が、オンラインで行われました。今回のテーマは『ひきこもりの子ども・若者にどう寄り添うか』。

第1部ではメンタルクリニックダダの心理士・野呂耕助氏の講演を、第2部ではE-JANも参加する『浜松子ども支援NET』の皆さんとトークセッションを行いました。



🌿 視聴者から、様々なご感想をいただきました。 🌿

- ・不登校・ひきこもりの背景を見る、安心安全なひきこもりでエネルギーを蓄える、あるいは周囲がそのことを認め、当事者の自己肯定感を回復するといった視点が大切だと感じました。（福祉関係者）
- ・いまのままでいい。その大事さを感じました。（家族）
- ・当事者の方が、まわりから見えている以上に深く傷ついていたり、不安な中ずっと頑張っている生き抜いてこられてきた背景を理解しようとするのを大切に関わっていきたいと思いました。（教育関係者）
- ・浜松市にこのような複数の、支援されている方々がいることを知って安心しました。（家族）
- ・本人にとって、つながりやすい人や場をいかに見つけ、負い目を感じず安心して生活できる場と人間関係をいかに作っていくか。簡単ではありませんが、そう心がけたいと思います。（医療関係者）

🌿 浜松子ども支援NETの皆さん、ご協力ありがとうございました！ 🌿

✿ アクティブ

発達障がいや軽度知的障がいのなどの生きにくさのある子を育てる保護者と支援者の会

✿ 公益社団法人 子どもの発達科学研究所

科学的根拠に基づく子育て、教育の普及啓発

✿ NPO 法人 しずおか・子ども家庭プラットフォーム

社会的養護への支援、児童家庭支援センター、発達相談支援センタールピロの運営

✿ NPO 法人 はままつ子どものこころを支える会（すまいる）

不登校児童生徒が利用する市内校外適応指導教室の運営

✿ 非営利型一般社団法人 ここみ

産前から産後、子育ての支援、安心して地域で子育てができる地域の実現を目指す会



E-JAN 4月～7月の予定



月	日	内 容	時 間	場 所
4月	11日(月)	イエローレシート キャンペーンの日	終日	イオン浜松市野店 マックスバリュ浜松助信店
5月	11日(水)	イエローレシート キャンペーンの日	終日	イオン浜松市野店 マックスバリュ浜松助信店
6月	11日(土)	イエローレシート キャンペーンの日	終日	イオン浜松市野店 マックスバリュ浜松助信店
	12日(日)	総 会	13:30～ 14:30	Zoom もしくは通常開催
7月	11日(月)	イエローレシート キャンペーンの日	終日	イオン浜松市野店 マックスバリュ浜松助信店

・茶話会等の開催につきましては、日程が決まり次第 E-JAN ホームページでお知らせします。

事務局から

ご寄付をくださったみなさまへ

ご寄付をくださったみなさまのお気持ちに感謝して、通常総会資料にお名前を掲載させていただきたいと思えます。令和3年4月1日から令和4年3月31日発行の「寄附金受領証明書」の寄附金欄に記載のある方と品物でご寄附下さった方です。匿名を希望される方は、恐れ入りますが4月15日(金)までに事務局へご連絡ください。

ゆうちょ振込について

現在みなさまにはゆうちょの払込取扱票にて会費をお納めいただいております。この払込につきまして、令和4年1月17日から、現金で払込をする場合には加算手数料110円がかかるようになり、払込をされる方に負担いただくことになりました。

ゆうちょ料金の新設・改定が行われこのようになりました。現金で払込の場合ですので、ゆうちょ口座の通帳またはカードで払込をする場合は、加算手数料110円はかかりません。よろしく願いいたします。

～編集後記～

・5年間事務局で仕事をさせていただきました。これからは「たけのこくらぶ」の一員としてボランティアで E-JAN とのつながりを続けて行きたいと思えます。ありがとうございました。(大谷)

・最近朝のニュースで花粉警報を見るようになり、去年の今頃はコロナの事ばかりで花粉が忘れ去られていたような記憶があります。同じマスクでも花粉対策のマスクに戻る日がくることを祈っています。(佐藤)

・年々月日が経つのが高速化(笑)しています。今年も静かにお花見を計画中。つばみの桜、満開の桜、散り際の桜、みなさんはどの桜が好きですか?わたしは散り際が好きですが、なかなかそのタイミングに見に行けないですね。(高橋)

・こだまの紹介動画、ぜひみてくださいね。スタッフブログも個性豊かです。(桜井・杉浦)