

E-JAN の今とこれから

E-JAN(いいじゃん)は
特定非営利活動法人 遠州精神保健福祉をすすめる市民の会 の通称です。

Ensyu(遠州)・・・遠州地域を拠点に

Joyful(楽しく)・・・仲間とともに楽しく

Action(行動)・・・考えるよりもまず行動

Network(つながり)・・・人とのつながりを大切に

E-JANは医療機関や施設の職員、家族が、当時の浜松地域を「精神障がいを抱える人にも住みやすいまちにしたい」という思いで集まり、平成9年に発足しました。

それぞれの所属や立場を越えて一緒に活動してきたことが、他の地域には珍しい、精神保健福祉のネットワークの構築に繋がっていきました。

活動が活発になることで、見えてくる社会的課題に1つ1つ取り組んでいった結果、現在は、精神障がいだけでなく、地域のメンタルヘルス(ひきこもり、自殺対策など)に関する事業までE-JANの領域は広がりました。地域のメンタルヘルスに関するニーズは、今後も事業を一生懸命やればやるほど見えてきて、確実に広がっていくものと考えています。



E-JAN 事務局

そして、2017年3月に取得した認定NPO法人格の更新手続きも無事に終わり、今年度から始めている「中期ビジョン 2022-2026～地域の精神保健福祉の推進役であり続けるために～」1年目が終わろうとしています。

時代や社会の流れとともに形を変えていくE-JANですが、一方でE-JANが大切にしていかななくてはいけないものもあります。それは「市民の会」としての側面です。そこで、会員の皆様や地域の関係機関等が今のE-JANに何を思い、何を求めたいと思っているのか、

今後のE-JANの発展や取り組みについて、その意見を頂く機会として、今回の通信は正会員・サポート会員にアンケートを同封しました。ぜひお答えくださいますようお願いいたします。

(次ページにE-JANの組織図を載せておりますので参考にご覧ください。)



E-JAN組織図



令和4年4月18日現在

認定NPO法人の期間

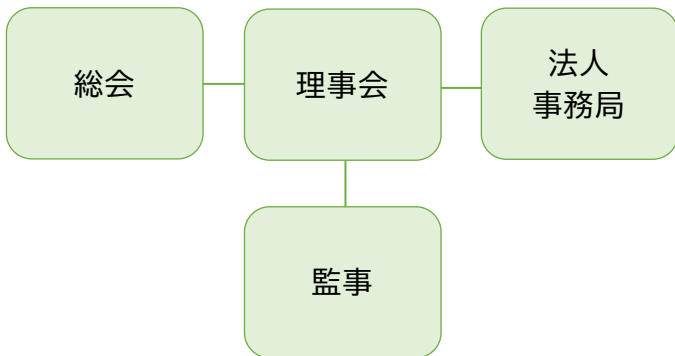
2027年(令和9年)3月12日まで

令和5年1月 会員数(合計185)

- ・正会員 個人40 団体6
- ・サポート会員 個人131 団体8



支援部門の紹介
サポステお仕事セミナー



事務局の紹介
2Fで居場所開催



ボランティア部門の紹介
お楽しみサロン
(フラワーコーディネーター)



支援部門

若者支援

障害者支援

精神保健

市民ボランティア「たけのこくらぶ」の皆さんに協力していただいています。イエローシート寄付の声掛けなども行っています。



ボランティア部門

内容によっては、専門職の方にもボランティアをしていただくこともあります。

は国や市からの委託事業

ひきこもり相談支援事業
(ひきこもりサポート
センターこだま)

来所による集団・個別支援や、訪問支援などを行い、ひきこもり状態から社会参加をめざしています。
精神保健福祉センターと一緒に『浜松市ひきこもり地域支援センター』を運営し、相談や啓発講演会を行っています。

地域若者サポート
ステーション事業
(サポステはままつ)

サポステは、働くことに悩みを抱えている15~49歳までの方にじっくりと向き合い、専門的な相談や様々な就労支援プログラムを通じて就労に向けたサポートを行います。

障がい者相談支援事業
(中障がい者支援センター)

「浜松市中障がい者相談支援センター」を他法人と共同で運営し、障がい者等の自立と社会参加の促進を図るために様々な相談や権利擁護のために必要な援助を行います。

障害者指定特定相談
支援事業(計画相談)
(ぷらたなす)

障害福祉サービスの利用を希望される方の「サービス等利用計画」の作成、利用状況を確認する「モニタリング」等を実施します。障がいのある方が適切な福祉サービスを利用でき、自立した社会生活が営めるよう支援します。

自殺対策における
多職種連携支援

自殺者の減少を目指すために、経済問題や生活問題を抱える方への支援について、福祉、司法、行政による多職種連携での支援を強化し、総合的な支援体制の構築を目指します。また、勤め人や学生等への講習会や啓発、各種研修会等を実施します。

発達支援広場事業



検診で発達の心配が見られた幼児とその保護者に対し、概ね入園までの間に集団生活の力を育み、よりよい親子関係を築くために、集団遊びや親子遊び、成長について助言などを行い、一人一人の健やかな成長を支援しています。

茶話会・バザー

市民ボランティア「たけのこくらぶ」が主催して、当事者の方と市民ボランティアと一緒に活動します。隔月で茶話会を実施し、年に一回浜北ふれあい広場に参加します。

お楽しみサロン

年に数回「お楽しみサロン」と称して、ハイキング、クリスマス会など、季節に合った催し物や趣味的な講座などを開催。障がいのある方や外部の方たちとの交流の場ともなっています。

精神障害のある人のための
気軽に寄れる居場所

週に1回 E-JAN 事務局の2階を開放して、居場所を開催。どなたでもご利用できます。



たけのこくらぶ

令和4年度 第2回茶話会 7月31日(日)13:30~15:00

第2回茶話会は、たけのこくらぶ部員5名、初めての方3名を含む16名の参加でした。

事前に会員の方から自助会のような会をやりたいという相談があり、茶話会でみなさんのご意見を聞くことになりました。自助会でも可能なら心理士のような資格のある人に入ってもらい助言をお願いしたいというご意見がありました。それについては、病院にかかっているため、かえって担当の医師と違う意見だと混乱するのでは、また実際問題としてE-JANから職員を派遣するのは休日ということもあり難しいとお答えしました。

茶話会は今まで通り、楽しくいろんな話をしたい、友達作りや、近況報告をしあったりしたいという意見が多かったです。

ただ今までボランティアの存在が大きかったのが、自助会をやりたいという意見が出たことはわたしとしては嬉しかったです。茶話会とは別の形でやれたらいいなと思っています。

前回の茶話会で富士登山をしますと言われた方が実際されたという嬉しい報告も聞かれた今回の茶話会でした。(高橋久美子)



令和4年度 第3回茶話会 9月4日(日)13:30~15:00

9月4日(日)、恒例となりました2ヶ月に一度の茶話会が開催されました。参加者は当事者の方たちとたけのこくらぶの部員合わせて12名の参加となりました。

今回は、たけのこくらぶから茶話会のテーマは提示しませんでした。参加者同士で「精神障害者が利用できる福祉サービス」について話し合うこととなりました。少人数だったため前半は当事者だけで話をすすめました。

県外の福祉サービスについて詳しい参加者の方もいらして、他県には浜松市にないサービスをしている自治体があることを知りました。それに比べると浜松市はまだただなあという印象を持ちました。また、身体障害者や知的障害者にはあるサービスで精神障害者にはないものがあったり、もっと声を大にして行政に訴えていかないとダメだなと思いました。そして、精神障害者にとっても生きやすい町になってほしいなど誰もが感じた茶話会でした。(池谷昌彦)



令和4年度 第4回茶話会 11月6日(日)10:30~12:00

第4回茶話会は、たけのこくらぶの部員3名、それ以外の方6名、計9名の参加でした。感染症対策のため、いつものように2部屋準備しましたが、今回は人数が9名ということもあり、1部屋で行われました。

まずは、自己紹介と近況報告をしました。当日、来られなかった方が1名ウェブでの自己紹介と近況報告もありました。最近の楽しかったことや、困ったことなどを、話し合いました。それぞれが、趣味や娯楽、コロナ感染症のことや、最近の円安に伴う物価上昇など、広い範囲で活発な意見交換が行われました。少人数ということあり、いつもにもまして穏やかな柔らかな雰囲気での会だったように思われました。(富田 健)



令和4年度 第5回茶話会 1月15日(日)13:30~15:00

第5回茶話会は、たけのこくらぶ部員5名を含む11名の参加でした。顔が見え、適度に距離もとられ、ちょうどいい人数でした。それぞれ違う障害のある方が参加され、幅広い話が聞けて良かったです。E-JANの事務所の2階で行われている居場所はまったりした雰囲気ですが、茶話会は働いている人が多いので、もう少しリアルで話の中身も深刻な場合があります。

今回は職場での悩みが話題の中心になりました。

- ・何か困ったことがある時、相談に乗ってくれる上司がいない。
- ・仕事をどこまで引き受けるか悩む。
- ・人間関係で困ったとき上司に相談して解決した。
- ・障害者雇用と一般の採用の人との共存の難しさ。
- ・コロナでリストラされた。 など。

どれもリアルな話題で、難しい問題を抱えていると思いました。皆さん、真剣に悩みを打ち明け、助言する人も経験から出た適切な助言をしていました。本音で話せる場所になっていると感じ茶話会の醍醐味が感じられました。

今回は悩みごとの話になりましたが、次回は違う楽しい会話もできたらいいと思います。コロナ前のように時間も30分延長して2時間にしてもいいかもしれませんね。(平野真理子)



浜北ふれあい広場 11月13日(日)



令和4年11月13日(日)、サーラグリーンアリーナに於いて3年ぶりに浜北ふれあい広場が開催されました。コロナ禍ということで、規模も参加団体も縮小された中での開催となりましたが、福祉団体や障がい者、高齢者などの交流の場として皆さんが心待ちにされたイベントとなりました。私自身も久しぶりに再会できた方もいらして1日楽しく過ごすことができました。

ただ、コロナ禍で初めての開催ということもあり、開催に慎重な声があったのも事実で、社会福祉協議会や参加団体としても、特にコロナの感染対策など手探りな状態でもありました。今回の反省をもとに来年以降さらにスムーズに、そして誰もが安心して参加できる浜北ふれあい広場となるよう期待したいと思います。



また、たけのこくらぶとしても部会で上がった反省点やアイデアなどをもとに、精神疾患がある方たちのお気持ちやE-JANの取り組みなど充実した展示をすることでE-JANのPRができればと思いました。(池谷昌彦)



障がい者相談支援事業所紹介

E-JANには委託相談・計画相談の2つの障がい者相談支援事業所があります。障がいのある方やそのご家族等のご相談を伺い、生活するうえでお困りの内容に関し、一緒に考え解決するための支援を行っています。

委託相談の『中障がい者相談支援センター』
では、職員がこんな相談を受けました。

Aさん。20代男性。精神障害者保健福祉手帳所持。

Aさんは、浜松市内の高校を卒業後、市外の会社で障害者雇用で就職すると同時に一人暮らしを始めました。1年ほど仕事をしていましたが、仕事が覚えられず、職場でのミスも続き、そのうち仕事に行けなくなり、生活リズムも崩れてしまい、また、一人暮らしの生活を続けるために借金をしていました。困ったAさんは浜松にいたときに相談していた人を頼りに、中障がい者相談支援センターへ相談に来ました。

Aさんからは「自分に合う仕事を見つけて、住み慣れた浜松で自立した生活をしたい」という思いがありました。Aさんの思いを叶えるためにはいくつか課題がありましたが、Aさんと支援者で何度か話し合いを重ね、Aさんらしい生活をするために何ができるかを検討しました。

現在は、就労継続支援A型事業所での収入と障がい者年金で、市内のアパートで一人暮らしをしています。Aさんの趣味は、ゲームをすることです。働いた収入からゲームを買うこともできるようになりました。時々調子を崩すこともありますが、Aさんらしい生活ができるよう、今後も関係者で連携してサポートをしていけたらと思っています。



私の家族は、計画相談の『ぷらたなす』を利用しています。

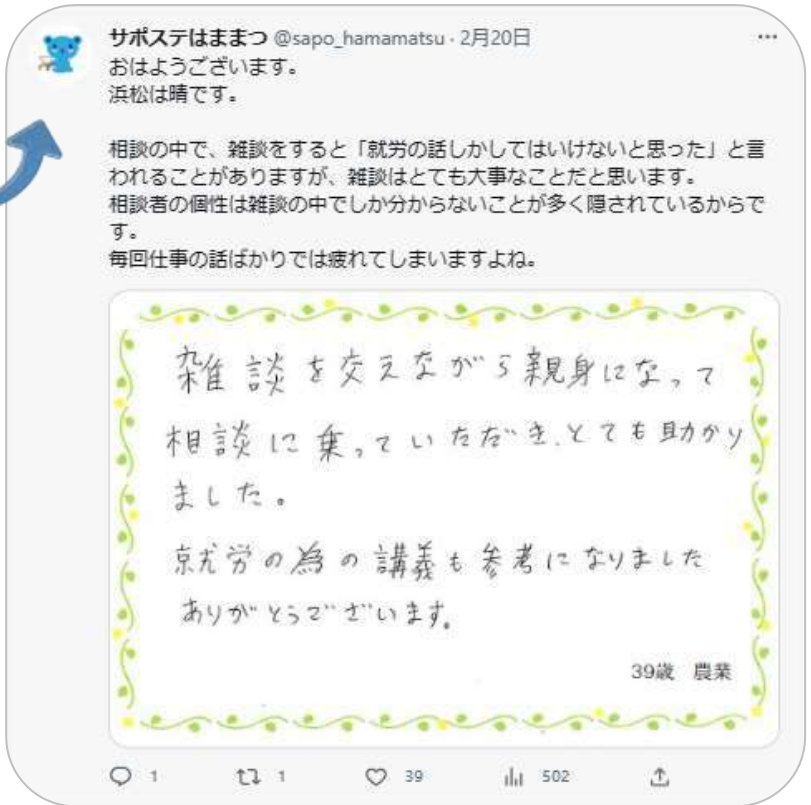


娘は重度の知的障害があり、障害福祉サービスを利用しているため、日ごろから指定特定相談支援事業ぷらたなすのお世話になっています。

サービスを使うことにより、生活が整うだけでなく豊かになります。そのため相談員にサービス利用全般をコーディネートしてもらうことはとても大切です。親が本人の希望を聞き、その希望の施設に連絡を取り、利用するのではなく、モニタリングなどを通じて、どんなサービスが必要で、本人にとって一番最善なことは何かを考えてくれます。

また必要と感じた時にはぷらたなすの相談員の声かけで関わりのある事業所等（ショートステイ、日中一時支援、重度訪問介護、生活介護、市の職員）と支援会議を行うこともあります。最近では親が参加しない会議もあり、親が不在でもお任せ出来る体制に感謝しています。困った時に身近に相談できる相談員の存在は大きいです。（E-JAN会員Tさん）

サポステはままつでは、Twitter を利用しています！



サポステはままつでは、Twitter で利用者さんからの感想や、プログラムの日程を日々つぶやいています。2023年3月現在フォロワーが920人になりました。毎日更新を目指していますので、良かったらフォローをお願いします。 @sapo_hamamatsu

ひきこもりサポートセンターこだまの事業を紹介します！



みんなで集まってゆったり過ごします。外出の機会を持つことから始まり、徐々に次のステップに向けた準備をします。

ひきこもり地域支援センターとして、個別の相談をお受けしています。受付は精神保健福祉センター TEL053-457-2709(平日のみ)



交流スペース・ゆきかき



個別相談

実際に仕事を体験してみます。

当事者の話や、支援の専門家の話が聞けます。



社会体験

こだまではこんなことをしています！



啓発講演会

訪問支援

家族交流会

スタッフと話をしたり、少しずつ一緒に外出したりしながら、つながっていきます。



それぞれの家族の話を聞きあって、気持ちをわかちあいます。



E-JAN 9月～12月の予定



月	日	内 容	時 間	場 所
4月	11日(火)	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和田店
5月	11日(木)	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和田店
6月	11日(日)	総 会	13:30 ～15:30	はまこら(浜松市民協働セ ンター)第1研修室
	11日(日)	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和田店
7月	11日(火)	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和田店

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



事務局から



● ご寄附をくださったみなさまへ

ご寄附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ます。令和4年4月1日から令和5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、品物でご寄附くださった方です。匿名を希望される方は、お手数ですが、4月14日(金)までに事務局にご連絡をお願いいたします。

● イエローレシートの投函箱が「マックスバリュ浜松和田店」になりました

「イオン 幸せの黄色いレシートキャンペーン」にご賛同いただきありがとうございます。

これは毎月11日にイオングループで買物をした際に発行される「イエローレシート」を、応援する団体の箱に入れることによってイオンからギフトがいただける仕組みで、たけのこくらの皆様にご協力いただきながら毎月集めています。いただいたギフトで、ボランティア活動で使用する事務用品や非常災害時用の飲料水等を購入させていただきました。ありがとうございました！

なお、マックスバリュ助信店の一時休業により、3月からE-JANの投函箱のある登録店が、天竜川駅近くのマックスバリュ浜松和田店(東区和田町203-4)に変更になりました。イオン浜松市野店は変更ありません。今後とも引き続きよろしくをお願いいたします。



～編集後記～

ついこの間、「令和」がスタートしたのに、今年は令和5年です。月日の経つスピードは年々早まっているように感じるのは私達だけでしょうか…。

みなさま令和5年度も、E-JANをよろしくをお願いいたします。

(編集委員一同)