

## 三次市障害者支援センター講座

# 働くひとのリハビリワークショップ in みよし

リハビリとは自分らしさの回復、主体性の回復などを意味します。講師の増川ねてるさんは、当事者の立場でもありますが、WRAP(元気回復行動プラン)を使いながら自分らしさを保ち、全国で講座やワークショップの講師をされるなどして働かれています。このワークショップでは、WRAP(元気回復行動プラン)の解説も踏まえながら、「リハビリ」と「働くこと」の関係について、参加者のみなさんと一緒に考え、共有したいと思います。ぜひ、ご参加ください。



講師 増川ねてるさん

と き：2023年9月9日(土) 13:30~16:00

と ころ：三次市福祉保健センター4階 ふれあいホール

対 象：どなたでもご参加いただけます

参加費：無料

- ・アドバンスレベル WRAP ファシリテーター
- ・ピアサポーター(千葉県知事設定ピアサポート専門員)
- ・公認心理士
- ・医療法人愛光会(外部顧問)
- ・一般社団法人いつかならまち(理事)
- ・NPO 法人精神作業療法士協会(理事)
- ・静岡大学情報学部(教育研究支援員)

講演(40分)  
「私のリハビリストーリー」  
ワークショップ(90分)  
「リハビリに大切なこと」

申込み用 QR コード



## みんなの食堂

地域で生活するみんなの集いの場、つながる場として開いています。

ちょっと暇な人、誰かと話したい人、お腹がすいた人など、**どなたでもおいでください。**

お待ちしております。

## 毎月第1火曜日開催

開店 午後5時00分 閉店 午後7時30分

みんなでいただきま〜す 午後6時頃

\*ごちそうさまの後、みんなで片づけをして、レクリエーションをします。

参加費 おとな200円 こども無料

お申し込みはこちら

当日申込みも可能ですが、できるだけ前日までにQRコードから申し込んでもらうか、「参加予定日住所・名前・連絡先(電話番号など)」を、三次市障害者支援センターへお知らせください。

\*電話 0824-65-1131 \*ファックス 0824-65-1132

\*メール support@p1.pionet.ne.jp



申込み用 QR コード



みなさん  
ぜひ、おいでください  
おまちしてます!!



### これからの開催予定

- 2023年
- 9月5日(火)
  - 10月3日(火)
  - 11月7日(火)
  - 12月5日(火)
- 2024年
- 1月9日(火)
  - 2月6日(火)
  - 3月5日(火)

## 三次市 障害者支援センターだより

2023年9月 No.74

〒728-0013  
三次市十日市東三丁目14番1号  
三次市福祉保健センター2階  
TEL (0824)65-1131  
FAX (0824)65-1132  
E-mail support@p1.pionet.ne.jp  
URL https://houkatsu-miyoshi.org



### マヌケル君のアポなし訪問

きょうは、南畑敷町にある放課後等デイサービス「**楽喜(ラッキー)**」へやって来ました。

### 子どもたちのやりたいことを尊重し、のびのび過ごせる場



サービス管理責任者の中島さん

\*お問い合わせは

電話 0824-63-5611

携帯 070-2355-0873

登録されている小学生、中学生の子どもさんは20名程度。1日、10人弱の子どもさんが利用されているそうです。

夏休み中の月・水・金はクッキングで、みんなで調理をしてお昼ごはんを作るそうです。他にも、お出かけの日には、庄原の道の駅ふらりへ行ったり、伍楽荘のボウリングへいったり、マクドナルドで買い物をしたりと、色々な企画をされています。

子どもたちも、「楽喜は楽しい!」「友達と話したりするのが楽しい!」「見て見てこれ作ったんよ!」と、ニコニコしながらたくさん話をしてくれました。



マヌケル君

サービス管理責任者の中島さんからお話しを伺いました。

障害の特性もあり、一日の中でも、1分1秒と違う顔を見せる子どもたちと過ごしていて、大変なことも確かにあるけれど、親御さんのことを考えたら、自分たちが根をあげるわけにはいきません。私たちが関わるができる時間はごくわずかですし、この子どもたちの居場所、第2のわが家になればうれしいと思います。

いつも、「きたきた〜! 帰ってきた〜!」という気持ちで子どもたちを迎えてるんですよ。」とお話ししてくださいました。



いっしょに食べた  
おやつ  
おいしかったね。



もぐらたたきのもぐらになった  
マヌケル君 ガンバレ!!

楽喜は立ち上げから今年で8年。立ち上げ当初、小学1年生だった子は、早くも中学2年生です。思春期真っただ中で、大人びた反応しかなくなった彼・彼女らを見て、「昔はこんな日が来るとは思わなかったよね〜」と話すスタッフの表情がとても優しく温かく、アットホームな雰囲気抜群の楽喜でした。

三次市障害者支援センターでは、YouTube や Instagram でも情報発信しています。

視聴は右のQRコードから、またはYouTubeで「マヌケル」を検索してください。

YouTube





## すっ!ごいね~!!



みなさんこんにちは。  
暑い夏もやっと終わりを告げようとしています。  
暑い夏が大好きだった私も、この熱さには参りました。しかし、そんな猛暑の最中の、7月末に隣の府中市上下町の「四季の里キャンプ場」へキャンプに行ってきました。

オートサイトを予約していたので、車も横付けでき、専用の流し台や電源、温水シャワーもあり、ゴミも分別して捨てて帰ることができました。カセットガスコンロで焼き肉を食べ、ご飯を炊く代わりに、水で軽く洗うだけの「流水そうめん」をつるっと食べて、おなか一杯。寝るときは、テント内でまで電源を引っ張って家庭用扇風機で快適な睡眠。

**以前のキャンプとはえらく変わった! すっ!ごいね~!!**

8月4日は広島vs巨人戦を観にいきました。ジェット風船も復活し、9回裏、代打松山のヒットで逆転サヨナラ勝ち!

**ピンクスライリーを2年連続で見れた! すっ!ごいね~!!**



8月13日は、サンフレッチェ広島vs浦和レッズの試合を観にいきました。この試合はピースマッチとして開催され、久しぶりに2万人を超える大観衆! 広島には絶対に負けることの許されない試合でした。前半に先制されるも、後半に追いつき、終了間際のアディショナルタイムにベンカリアファのスーパーゴールで逆転勝ち! **スタジアムは歓喜の渦に! すっ!ごいね~!!**

以上、この夏の私の「すっ!ごいね~!!」3連発でした。

みなさん、この夏どんな「すっ!ごいね~!!」に出会いましたか?

身近なところにも、探せばいっぱい「すっ!ごいね~!!」があるかもしれませんね。

追伸 8月19日も **アディショナルタイムに満田のスーパーゴールで勝利!** すっ!ごいね~!!  
センター長 安永 統

そこで一句 **すっ!ごいね~!! 本気になってた 夏の夜 マヌケル**

## たいやとあずきの徒然日記 その3

### キャットタワーを新調しました!!



8月6日にキャットタワーを新調しました。前の物は4年前に買った物なので、あちこちが壊れてボロボロになっていて、猫たちから不満げな感じが漏れ出ていました。



あずきちゃん

組み立てている間中、興味津々で周りをうろつき作業の邪魔ばかりしていましたが、いざ完成すると、びっくりしたのかしばらくは近寄りませんでした。数日間は、周りをウロウロ、臭いをかいだりしていましたが、慣れてきた今は、高い所に上ったり、ボールの中に入ったり、思い思いにくつろいでいます。

じゅんじゅん Jun<sup>2</sup>

そんなあなたたちに、私は毎日 **×ロ×ロ** です。



たいやくん

## ピア・サポーター養成講座が始まりました!

ピア・サポーター養成講座は、障害を持つ仲間(ピア)としての経験と特性を活かしたカウンセリングを行うための「ピア・カウンセリング」の基本原則・基本技術を学ぶ講座です。  
ピア・サポーターは、カウンセリングに限らず、**地域で当事者同士がつながり支え合う機会**をつくり、仲間とともに考え、その中で自身のリカバリー(回復)をめざす機会もあります。



講座の中では、「**傾聴の基礎**」や、「**サポートとヘルプの違い**」など、ピア・サポートを行っていく上で必要な観点やスキルについて学んでいきます。  
今年は7名の方の申し込みがあり、スタートしました。  
お互いに「サポート」し合いながら、学んでいけたらと思います。

## 火曜日のハートフルサロン (毎月第2~第4火曜日 13時~15時)

### 描きました「暑中見舞」

ハートフルサロンは、おもに精神障害をお持ちの方や、対人関係に苦手意識があり引きこもりがちの方を対象に、行っています。

7月18日のサロンでは、暑中見舞いを描きました。



イラストが得意なメンバーさんは鬼滅の刃のキャラクターをサクサクと。採れたてのナスやきゅうりもあったので、野菜は現物をよく見ながら描きました。同じ画材でもそれぞれに違った作品が出来あがるのが面白いです。

今年の夏は、いつもの年より気温が高いですね。残暑も続くのでしょうか。皆さんも夏バテしないよう、よく食べよく寝て、あと少しの夏を楽しみましょう。 みっちー

## 金曜日のソーシャルクラブ (毎月第1~第4金曜日 10時~12時)

### スムージー DE 涼む~じ~



8月4日のソーシャルクラブでイチゴたっぷりの冷たいスムージーをみんなで作りました。

材料は

- ①冷凍イチゴ ②プレーンヨーグルト ③バニラアイスの3つだけです!

1回目のスムージーは冷凍イチゴをたっぷり入れて作ったので酸味の強い、がっつりイチゴスムージーという感じでした。

2回目は冷凍イチゴを控えめに入れて作ってみました。

淡いピンクで味も優しいスムージーになりました♥

スムージーを食べた後は身体の中から涼しくなり、いい状態で読書ができていい時間を過ごすことができました。

毎月お送りしているソーシャルクラブの行事案内を見て、気になるものがあればいつでもおいでください。お待ちしております!



なっか