

# Message

第131号 12.3  
指定相談支援事業所  
地域活動支援センターくじら

TEL:0894-24-6750 FAX:0894-24-6670 E-mail:center.kujira@kujira.or.jp

## 茶話会

5日(日)、センター和室にて茶話会を開催しました。2月の活動予定や、関係機関からのお知らせ、地域イベントの情報提供を行なったほか、1月レクの報告も、参加していただいた方から報告していただきました。又、3月レクについても検討し、地域バザーの参加・大型スーパー・温泉等、いつもより沢山の希望が出ました。詳細は裏面に掲載しています!!

## 研修報告

2月 8日(水) 問題解決訓練研修  
主催:ねっとwork ジョイ 講師:石井俊男 氏  
2月 20日(月) ゲートキーパー養成研修  
(自殺対策)  
主催:八幡浜保健所  
色々な研修に参加して、職員のスキルアップと連携に繋がりました。

## ピア仲間集会

2月13日(月)、愛媛県心と体の健康センターにて『ピアカウンセリング仲間集会』が開催され、愛媛県内から約50名の参加がありました。レクリエーションでは、フラダンスの講師を招き「上を向いて歩こう」の曲に合わせて参加者全員が体を動かしました。ゆったりとしたフラの動きで緊張もほぐれ、和やかな雰囲気になりました。それぞれの部屋に分かれ、ピアカウンセリングを行いました。グループのメンバーは、初対面の方ばかりで緊張していましたが、時間が経つにつれて笑顔で話しが出来ました。「色々な人に会える場となってよかった」「話を聴いて勉強になった」など皆、有意義な時間を過ごせました。仲間集会は今回で終わりですが、県内各地でピアの輪が広がっていくことを願っています。

## ★ ★ ★ S S T 研修会 ★ ★ ★

### 2月15日(水) 就労 S S T 研修会

主催:ねっとwork ジョイ  
就労支援に向けた「SST」の方法をわかりやすく教えていただきました。絵本の朗読や即興の劇などがあり、楽しみながら学ぶことができました!



### 2月16日(木) 地域生活 S S T 研修会

主催:八幡浜保健所  
午前の部:「地域生活を維持していくためのSSTの理解」と題した、支援者向けの研修。  
午後の部:SSTを体験しよう!と、ストレスに対処する力を身につける事を体験しました!



両日の講師は、「Office 夢風舎 舎長:土屋 徹氏」にお世話になりました。

誰もが知っている「サザエさん・ドラエモン・しまじろう」を用いた分かりやすい内容でした。

「SSTは、困ったことを扱うのではなく、これからチャレンジしたいことや希望を扱うこと」と、「本人主体の支援とは?」を改めて考え、再認識することが出来ました。



# 3月活動予定表

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4 茶話会	5 閉所	6	7	8	9 閉所	10 閉所
11 カレー	12 閉所	13	14	15	16	17
18	19 閉所	20	21	22	23	24 閉所
25	26 閉所	27	28	29	30	31 閉所 フットサル

## 3月の予定

### 『茶話会』

日時:3月4日(日) 14:00~

### 『フットサル』

日時:3月31日(土)

集立ちの会:13:15~/地域交流:14:30~

場所:八幡浜市民スポーツセンター

\*3月は、ピアカウンセリングはお休みさせて頂きます。よろしくお願いいたします。

## レクのご案内

内容:東温市:みなら産直物産市  
《あさつゆマルシェ》

日程:3月11日(日)

集合時間・場所:9時00分・支援センター

参加費:150円(ガソリン代)・昼食代 ほか

申し込み締切:3月6日(火)

## すてっぷ講演会

2月11日(土)地域活動支援センターすてっぷの3階にて、『うつ病について考える』:山岡英雄さん(うつ病看護認定看護師)による講演会に参加してきました。地域住民の方を中心に約70名ほどの参加がありました。専門職向けではなく、地域啓発を目的とした内容であったので、分かりやすく、難しい言葉を極力使わない講師の説明は、参加した皆さんに「うつ病の理解」へ繋がったと感じました。

## 相談支援体制が4月~変わります。

☆相談支援体系が4つに整理されます。

1『基本相談』 2『計画相談支援』

3『地域相談支援』 4『障害児相談支援』

☆自立支援協議会が法定化されます。

今後の動き、詳細は、まだはっきり分かりませんが、充実したものになるように、取り組んでいきたいと思っております。今後とも宜しくお願い致します。