

光彩だより

2019年春号（2019.4.1発行）

★就労移行支援事業所・就労継続支援B型事業所 京都市朱雀工房

★就労継続支援B型事業所 西山高原工作所

★就労継続支援B型事業所 ワークステーションかれん工房

★京都市中部障害者地域生活支援センター「なごやか」

　こころのふれあい交流サロン「なごやかサロン」

★グループホーム賀陽、グループホーム山ノ内、グループホーム光

★訪問介護ステーション 光彩

★府庁 ゆめこうば

★相談支援事業所「こうさい」

《発行》社会福祉法人 京都光彩の会（発行責任者／上村啓子）

〒604-8854 京都市中京区壬生仙念町30 京都市地域リハビリテーション推進センター 1F

TEL: 075-813-0501 FAX: 075-813-0520

E-mail: info@kyoto-kosainokai.jp URL: <http://kyoto-kosainokai.jp/>

“精神障害のある人や家族の声が届くように”

社会福祉法人 京都光彩の会

統括施設長 上村啓子

経済活動の停滞、少子高齢化等の社会情勢により、ストレスが増大し、うつ病やストレスを起因とする精神疾患が増え、いわゆる4大疾患（がん、脳卒中、急性心筋梗塞、糖尿病）よりも多く、精神障害者数は320万人と言われています。

2004（平成16）年9月に厚生労働省精神保健福祉対策本部が提示した「精神保健医療福祉の改革ビジョン」では、「入院医療中心から地域生活中心へ」という方策を推し進めていくことが示されました。この改革ビジョンに基づき、今まで精神保健医療福祉施策の改革のための施策が行われてきています。さらに精神障害者が、地域の一員として、安心して自分らしい暮らしができるよう「精神障害にも対応した地域包括ケアシステム」の構築を目指すことが新たな理念として明確にされています。しかし、長期入院者は依然多く、グループホーム等を建設するときに理解が得られないことも少なくありません。障害福祉サービス事業所や地域生活支援センター、グループホームで従事していますと、多様なニーズに応じる支援の難しさに人材不足もあいまって十分な支援が提供できていないと感じています。

また、2018年度の報酬改定では月額工賃額や就労定着数により基本報酬が定められ、病状の不安定さや生活のしづらさを抱える精神障害のある人を主に支援する事業所では、運営が大変になってきています。

精神保健福祉の向上のため、京都ユーザーネット、京都精神保健福祉推進家族会連合会、京都精神神経科診療所協会、京都精神保健福祉士協会、京都精神保健福祉施設協議会の5団体で行政との懇談を持ち、要望活動を行ってきています。実情を理解していただくために昨年10月に当事者、家族、支援者にアンケートを取りました。400名近くの方から回答が寄せられ、当事者、家族は交通費、一般医療費の助成、身体障害、知的障害との格差解消を望んでいらっしゃるという結果でした。社会の理解を求めるという意見も多数ありました。どの分野の福祉の向上も重要ではありますが、精神障害の理解をすすめるためにも当時者や家族の思いや願いを受けて、行政や社会に届け、施策に反映し、改善していく必要を強く感じています。今後もご支援を賜りますようお願い申し上げます。

京都市朱雀工房

●近況報告

現在の利用者数は、就労移行 7 名、B型 17 名の計 24 名となっています。就労移行からは昨年の 6 月と 11 月に 2 名のメンバーが就職しました。新たなメンバーも入りそれぞれの目標に向かってがんばっています。

ボーナスキャンペーンでは各関係機関の方々のご助力を賜り、25 万円の売り上げを頂きました。この場をおかりして御礼申し上げます。大変有難うございました。

●レクリエーション

2 月 1 日に節分を所内で行いました。事前に実行委員会になって下さるメンバーさんを募り、実行委員のメンバーさんと担当職員でゲームを考えました。チームに分かれ、絵しりとりゲームをしたり、個人戦での的当てゲームをしました。絵しりとりでは個性的な絵を描かれる方がおられ、とても盛り上がりました。ゲームの後は、皆さんで東北東を向いて恵方巻と豆を食べました。



●筋力エクササイズ

運動不足を解消しようと 15 分程度の筋力エクササイズを始めました。内容はハーフスクワット・机を利用した斜め腕立伏せ・机を使ったサイドプランク(ウエストを軽く後ろ左右交互にひねる)・股割りの 4 種目を 5 回 × 3 セット、仕上げに軽くストレッチを行っています。12 月から 13 時から毎日行っています。不評かと思いきや今では時間前に皆さんが楽しみにして？椅子を片付けて待ってくれています。2 月 26 日(火)には、ヨガに

取り組もうと朱雀工房・かれん工房・西山高原工作所合同でデモンストレーションを行いました。

皆で楽しみにしています。



●定着支援について

今年度から就職した方(半年以上雇用されている方)への定着支援を行うことになりました。現在朱雀工房では、2 名の方を「働き続けること」を目的に、最低月に 1 回は企業の訪問を行っています。また、朱雀工房へ来ていただき、相談も伺っています。今後も増加していく就職された方への定着支援を職員一同行っています。

●説明会(+見学会)

2018 年 2 月以降、月に一度、事業所説明会を開催しております。毎回、概ね 3 名前後の方が来所(2019 年 2 月は 3 名)下さり、当事者の方のほか、就業・生活支援センターや相談支援事業所の方、さらに 2018 年秋以降は、医療機関の方の参加が増えております。今後も朱雀工房の活動へのご理解とご協力を増やしていければと願っております。

～お知らせ～

就労移行の定員に空きがあり、ご利用者を募集しています！

★就労を考えておられる方
★就労に向けての準備をしたい方
★朱雀工房に興味をもたれた方
是非ご連絡ください。見学も随時受け付けています。



ワークステーション

かれん工房

◆新年度もかれん工房をよろしくお願ひ致します！

2019年度の目標は、メンバーさん達皆のご意見を頂き、それを参考に職員で話し合い、配食や清掃は現行のものはそのままに、かつ、新しい業者さんとのお仕事も積極的に探していくことに致しました。

また、引き続きメンバーさんお一人お一人の目標を大切にしていくこと、地域の方々との会議や出店などを通した交流を続けたいと考えております。

平成が終わり、秋には消費税が10%に上がると言われています。みんなの生活に及ぼす影響は多少のものではないでしょう。それでも、皆で一緒に一つ一つを乗り越えていき、新しい時代を皆と引き続き歩んでいきたいと職員一同考えております。

皆様ご支援ご協力、何卒宜しくお願ひ致します。
(かれん工房 齊藤)

☀メンバーダ募集中です！！

かれん工房では現在、メンバーの募集をしています。配食、清掃、ビーズ製品の作成、所内作業と多岐にわたる作業を行っています。皆さんそれぞれの目標に向かって和気あいあいと日々過ごされておられます。随時見学・お問い合わせを受け付けております。気軽に連絡してくださいね。

TEL 075-821-7346

◆今年は...

今年の冬は例年以上にインフルエンザが大流行しました。毎年の様にインフルエンザになってしまふ私にとっては恐怖もありました。しかし、今年はインフルエンザにも罹る事もなく春を迎えそうです。

日中は大分と暖かくなっていますが、

まだまだ朝と夜は寒いです。皆様、風邪など引かぬ様に服装等にも注意して元気で行きましょう。
(かれん工房 梅沢)

◆合同レク報告♪(メンバーさんより)

3事業所合同で、三田ホテルバイキング&めんたいパークに行って来ました♪
ちょっと緊張したけれど、行きのバスでのスタッフさんのビンゴで和み・・・ホッとして盛り上りました。新しくできた新名神、あっという間に三田ホテルに到着。

ホテルではホテルマンの方とクリスマスツリーのお出迎えで、バイキング会場へ、美味しそうなローストビーフがお出迎え！その場でコックさん実演のクレープも！！あーもう食べられない！と言いつつ足はまたバイキングの所へ、かなり頂きました。

めんたいパークは説明を聞いて、どうやって明太子が出来るのか、そして試食を少しさせて頂き、お土産コーナーへ。

次は最後の休憩、宝塚北SAへ。手塚治虫さんの作品が展示してあり、宝塚歌劇団の衣装なんかも展示がありました。一番驚いたのは、トイレ！とてもキレイなトイレでした。皆、おみやげを買っていました。私はアトムのタオルを買いました♪無事何事も大きなケガなどもなく帰れました。とても思い出になる皆さんとの旅でした。



グループホーム賀陽・山ノ内・光

◆グループホーム入退去者のご報告

2019年度はグループホーム賀陽から一人暮らしに移行された方が1名おられ、それにともない1名の方が新たに入居されました。

今回の入居者募集でも複数の方が入居を希望される中で、結果的に1名しか入居できない現状に大変申し訳なく感じる次第です。

グループホームに入居したいというニーズは高いものの、まだまだ足りていない状況を何とか打開していきたいと思う次第です。

◆グループホーム賀陽の見学会を開催

2018年10月27日(土)にグループホーム賀陽において、地域の方を対象に見学会を開催しました。当日は町内の民生委員を中心に複数の方が来訪されて施設の見学やグループホームの役割についての説明、また入居者との交流する機会など、始終なごやかなムードで盛り上かりました。参加者の方からは「こんなに近くにあったのに知らないでいた」「グループホームの事をもっと早く知っていれば、子供との関係も変わっていた」

との言葉に、情報発信の重要性を改めて確認しました。

◆防災への取り組み

各ホームで定期的な防災訓練を行うほか、グループホーム賀陽では町内会の防災避難訓練に参加しました。また京都市中部圏域の自立支援協議会グループホーム専門部会では、2019年3月13日には防災・防犯研修と題して、講師を招いて日常生活の中で取り組める内容を中心に参加者同士理解を深めることができました。

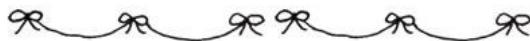
防災

◆障害者施設における虐待について

高齢者施設や保育園等で施設職員による利用者への暴言や暴力といった虐待問題がニュース等でクローズアップされています。それと同じように障害者施設でも利用者に対する虐待事例が後を絶ちません。

厚生労働省の最新の調査では、グループホームは障害者支援施設に次いで施設職員による虐待認定の事例が多いという結果が現れています。

一人で複数の入居者に対応するという業務や他の支援者の目が届きにくいという構造的な問題がある中、職員の孤立を防ぎ、負担を共有化できるような組織に向けて日々取り組んでいる最中です。



◆新人職員のご紹介

2018年8月から土日のアルバイトの生活支援員として、主に巡回業務に携わつていただく大学生の西山京姫さんと、10月から同じく大学生の日原洋平さんが入職されました。

お二人ともこの春から3回生ですが、将来の活躍に向けて、現場でも様々なことを吸収していくことと思います。今後ともよろしくお願ひします。





西山高原工作所

近況報告 (*'O'*) /

ようやく春らしくなり、利用者の皆さんも通いやすい季節となりました。

作業は時期を問わず切れることもなくほぼ安定してあります。紙袋を受けているお店が今年リニューアルされるということで、今までお預かりしている原紙をそれまでに袋にして納めなければなりません。色々な作業がある中で、皆で話し合い調整して、その日のメンバーの状況を考えて作業をされています。また、新しいメンバー3人を迎えて、色々な作業にチャレンジされています。

西山では所内の居場所・作業環境などふれあいを大切にしています。一人ひとりの生活リズムも違うので午前の利用の人もいれば、午後からの利用の人もおられます。体力的に西山高原工作所まで通うのがしんどい人の体力づくりのサポートのため送迎も行っています。

これからも皆で協力しながら作業に取り組んで行きますのでよろしくお願ひいたします。

人気沸騰中 「塩昆布詰め」作業

塩昆布は何故か数名のメンバーに絶大なる人気の作業となっています。ミーティングで、まず昆布の作業に関わりたい方に手をあげてもらいます。作業スペースが満員になり希望者の全員が入れない状況ですが、話し合いで午前と午後に分かれ、円滑にかつスタッフの指示により合理的にすすめています。

利用者さんから

Nさんお勧め！感動物語！異世界アニメ『盾の勇者の成り上がり』

主人公は盾の勇者だが、えん罪をかけられ逆境に耐えながらも少しづつ信用を取り戻していく心打たれる物語です。

盾の勇者は行く村々で盾の犯罪者として受け入れられず、信用の無い状態であるが、その逆境を乗り越え少しづつ信頼を得ていくところがすごく良いです。

仲間になるヒロインのラフタリアが一途な性格で色々な苦難に苦しめられるが共に歩んでいく姿がとても良いです。

4話の「私にはあなたが必要なんです」というくだりのところで年甲斐も無く泣いてしまいました。(T_T)

動画配信サービスなどで見られますので出来れば4話まで見てほしいアニメです。

水槽の仲良しだち

前号でも紹介していますが、このような大家族になるとは思ってもいませんでした。特にピンクタニシは繁殖が激しくあちこち重なり合っています。色がキレイと言われているタニシなので飼ってみたい方がいらっしゃればお譲りします。



グッピーとピンクタニシの一家

2019年度の取り組みについて

(1) 相談支援

京都市から委託されている障害者地域生活支援センター（相談支援事業）として、中部圏域（上京区、中京区、下京区、南区）にお住まいの障害のあるご本人、ご家族からの相談に応じ、必要な支援が提供されるように考えていきます。今後も新たな相談の依頼に対応できるよう体制を維持しながら、質の高い相談支援が提供できるよう努めています。また、障害者地域自立支援協議会（中部圏域）や地域ネットワークにおける役割も引き続き担っていきます。

(2) 地域移行・地域定着

京都市における精神科長期入院患者等の地域移行・定着を推進していくため、実務者会議等を継続し、ピアソーター活動の拡充、当事者や家族、関係機関、市民等を対象にした研修会開催等を行っていきます。

(3) こころのふれあい交流サロン

精神障害のある方の自立と社会参加の促進を図るため、なごやかサロンの運営を行っていきます。アルバイトスタッフや家族会のサポートスタッフとともに、安心して過ごせる場を提供していくよう努めています。また、機能強化事業として求められている他のサロンへの派遣等を継続し、必要な相談窓口や支援につながっていけるよう相談に応じていきます。

♪活動報告♪

2/21(木)に2名のピアソーターさんと一緒に左京区の小学校へ体験談の発表に行ってきました。今回は初めて小学生にむけた発表ということもあり、小学生に目に見えない精神疾患のことを伝えるにかどうすればいいか、他都市での小学校での活動をピアソーターさんと学びに行ったり、伝えやすい言葉はないか、表現は？こうじやないか、ああじゃないか…と悩みながら迎えた発表でした。

最初は発起人の作業療法士の方からいわくらの地域の歴史を伝え、精神疾患についての○×クイズをして知つてもらい、就労支援をしている事業所から実際に通っている方のお話や事業所の取り組みについてお話しいただきました。最後になごやかの発表ではピアソーターのなっちゃん、Chicoさんより体験談を発表していただき「優しさ見つけ」という授業のテーマに添って子どもたちにそれぞれメッセージを送られました。

全体で2コマという長時間の授業であつたにもかかわらず、子どもたちが真剣に話に耳を傾けて、記録用紙にたくさんメモを取っていたこと、最後に数名の子どもがピアソーターさんのもとに集まって普通にお話をしている様子が印象的でした。子どものこころからこうした目に見えない障害についてふれる機会が、これからも増えていけばいいなと思います。



ゆめこくうば

✿ 来年度に向けて

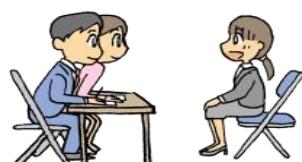
府庁ゆめこくうば
ジョブパートナー 松永仁美

この1年を振り返り、一人ひとりが自分のペースで出来る事を増やされていき、次のステップへ進まれていく姿をうれしく感じているこの頃です。

新年度になると、2名の従業員が最後の1年を迎えることになります。これまでの2年間で働くことや自分と向き合いながら身につけてきた就労に必要な知識や経験をいかして目標の一般就労に到達することを目指します。

就職活動に向けた取り組みの一つとして、模擬面接を行いました。面接を皆の前で行い、その後は面接官役になって質問をします。面接官役になってみると、話し方やしぐさ、動きなどが気になるという意見が出ていました。また、一人一人の良かった点や改善点を伝え合い、良い気づきや改善点に意識をむけるきっかけになり、『相手に自分の気持ちを伝えることを意識して面接を受けたいと思った』『自己PRを伝えられるようになりたい』『一つ一つの動作を丁寧にしていくことを学んだ』などの感想がありました。

面接をはじめ就職活動を続けることは大変なことですが、一人ではなく、目標を共有できる仲間がいます。私も就労に向かうジョブパートナーとして、来年度も一緒に考え、一緒に一歩ずつ歩んで行きたいと思います。



NEWS 「よしもと祇園花月」

行ってきました！

休日に皆で外出することになり、よしもと祇園花月に行ってきました。京都に住んでいてもなかなか行く機会がなく、全員が初めての観覧でした。きっかけは、いつも「ゆめこくうば」を温かく見守ってくれている障害者支援課の職員の方からの勧めでした。チケットの予約もして下さり、しかも、舞台が目の前の贅沢な席で驚きました。

よしもと祇園花月は漫才、落語、新喜劇と内容も盛りだくさんで、テレビでおなじみの芸人の方を生で観ることができて、とても楽しく心から笑うことができました。

就職活動や仕事を良いモチベーションで取り組むためには、気分転換も必要です。気分を変えてリフレッシュでき、大きな声で笑うことでストレスを発散できたのではないかでしょうか。



相談支援事業所「こうさい

「こうさい」では当法人の事業所を利用されている方を中心に計画相談支援を実施しています。

2018年度の報酬改定により、モニタリング標準期間の見直しや加算の創設等、報酬に関する仕組みが変わりました。経過措置により大半の利用者は2019年度からの見直しになりますが、利用者の状況に応じてモニタリング期間を変更する等の対応を行っています。引き続き、職員一丸となって利用者の方々をサポートしていきたいと思います。これからも宜しくお願ひいたします。

訪問介護ステーション光彩

「ヘルパーさんがいることの安心感」

訪問介護ステーション光彩
管理者 山下理恵子

訪問介護ステーション光彩では、利用者様が住み慣れた場所で自分の思い描く生活を送って頂けることを願い、ヘルパー派遣を続けています。その人らしい生活が守られ、ホッと落ち着ける、住み心地の良い場所である家でありますように、掃除や調理、買い物、外出支援をお手伝いしています。

利用者様の調子には波があり、普段は気にならないことが気になるときがあります。幻聴なのかどうか分からず、「あれは換気扇の音ですか？幻聴ですか？」と、ヘルパーさんに尋ね、ヘルパーさんから「私には換気扇の音が聞こえます」という言葉を聞くだけで安心され、掃除に取り組むことができる方がおられます。

利用者様の中にはこの他にも様々なケースがあり、例えばどこから片付ければいいか分からず掃除ができない方、障害特性から周囲の情報量の多さにしんどくなり外出が億劫な方、買い物へ出かけることが出来ない方などがおられ、そんな方々からも「ヘルパーさんと一緒に暮らすことができる」という言葉を沢山頂いています。

利用者様の日常の不便さは、ご本人自身が言語化できず、その場面その調子の波になってはじめて発見されることが多いので、ヘルパーさんと一緒に活動することが大切です。

しかし、このように活動できている利用者様の姿だけで、「ヘルパーは特にいらないのでは？」という意見も聞きますが、困った時に手伝ってくれるヘルパーがいる、相談

できるヘルパーがいるという安心感が、その方の「出来る」に繋がっているのだと感謝の言葉から実感しておりますので、ヘルパーは継続してサービスを提供することが大切だと感じました。

毎年恒例の研修会「精神に障害のある人たちへのホームヘルプについての研修会「～精神に障害のある人たちへのホームヘルプを提供するために～」は、2019年2月に開催されました。昨年9月に開催予定でしたが、台風による警報の為に延期となり、年度末迫る月ではありましたが無事終えることができました。今回は加藤先生から「発達障害のある人の生きやすい社会とは」と題し、基本的な特性をご講義頂きました。実践報告では、京都市西部障害者地域生活支援センター「うきょう」の杉野相談員をお迎えし、利用者様とヘルパーを繋ぐ機関として「障害者地域生活支援センターとの協働～ヘルパー支援の充実をめざした「うきょう」の取り組み～」をお話し頂きました。グループディスカッションでは他事業所の方々と意見を交わせ、より現場に即した内容を見聞でき、良い刺激を受けました。

今回多くのアンケートには「わかりやすかった」「色々な行動についての説明が理解できた」「支援センターの立ち位置がよくわかった」「支援センターとヘルパー事業所の連携がよく理解できた」などのご意見を多数頂きました。

このように活動が続けていけるのもひとえに、皆様の温かいご支援とご指導の賜物と、深く感謝しております。本年度もさらなる努力を重ねてまいる所存です。

今後共どうぞよろしくお願ひ申し上げます。

法人からのお知らせ

第2回及び第3回「統合失調症情報ステーショングリーンカフェ」のご報告

受診をしていても孤立感がある、情報を得られていない、治療につながっていない方等に気楽に参加していただき、音楽やお話を聴き、相談もできる「統合失調症情報ステーショングリーンカフェ」を9月8日と1月26日に行いました。

9月8日は豪雨で延期となりバザールカフェをお借りし、1月26日は喫茶「ほっとはあと」御池店で開催しました。第2回は27名、第3回は34名の参加があり、京都府だけでなく、大阪や三重県からも来られていきました。

プログラムはミニ講演と当事者の体験発表、カフェタイム、ピアノコンサート、交流、相談です。2回目のミニ講演は、岡本クリニックメンタルケア室岡本慶子医師の「当事者に学ぶ統合失調症との付き合い方②」、3回目は、一般社団法人京都府作業療法士会平山聰会長「作業療法の紹介～人は作業をすることで元気になれる～」でした。当事者体験発表の第2回は、王将さんの就労体験と当事者団体ユーザーネットワークの活動紹介、第3回はなっちゃん(ピアソポーター)の「一人じゃなかった私」でした。ピアノミニコンサートは、第2回は当事者ピアニストの横島若騎さん、第3回は石丸紀子音楽療法士・ピアノ講師による演奏で、お二人ともとてもすばらしい演奏で、会場がなごやかになりました。

相談は徐々に増え、治療や作業療法、就労、余暇活動など多岐にわたっています。ACT-K、岡本クリニックメンタルケア室、社団法人ライフサポート、京都府作業療法士会、京都障害者就業・生活支援センター、京都精神保健福祉推進家族会連合会からご協力をいただき、相談に応じていただきました。

また、この事業の実施にあたっては、京都新聞社会福祉事業団の福祉活動助成、京都新聞COM・京都新聞社会福祉事業団の後援も頂きました。

いろいろな方のご支援と熱意でグリーンカフェが継続できています。支援の輪も広げていけたらと思っております。

次回は2019年6月8日(土)13時30分から喫茶「ほっとはあと」御池店で開催予定です。



バザールカフェでの様子

♪ 地域交流会を1月23日に西新道商店街「会食会場」で開催しました ♪

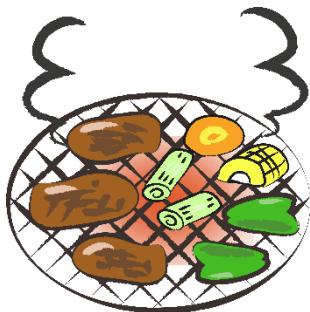
朱7学区西新道商店街会食会場にて地域交流会を1月23日1時30分から3時まで開催しました。「こころの健康～生き生きと暮らすために」京都市朱雀工房上村啓子施設長、「健康体操」ワークステーションかれん工房梅沢信吾副施設長、コーヒータイム、利用者の体験談と楽器演奏と歌のプログラムでした。23名の参加がありました。参加された方は話に耳を傾け、ストレスチェックをし、体を動かし、「どんな時も」「上を向いて歩こう」「卒業写真」と一緒に歌ってくださり、楽しく交流ができました。



ミレニアムライオンズクラブさんと桂川清掃・バーベキューを行いました！

10月14日（日）に恒例となっている京都ミレニアムライオンズクラブのメンバーの方たちと桂川清掃とバーベキューをしました。京都市朱雀工房、西山高原工作所、ワーカステーションかれん工房、地域生活支援センターのメンバー、職員総勢20名が参加しました。

河原のゴミを拾った後、お肉、焼きそば、豚汁、アイスクリームなどお腹いっぱいになるほど頂きました。ゲームもしました。楽しい交流となりました。



法人勉強会「虐待防止を防ぐ～その基礎と実情」実施

1月25日午後6時から8時まで京都第一法律事務所谷文彰弁護士を講師として、法人全体での虐待防止研修を実施しました。

施設従事者等による障害者虐待の実情や障害者虐待の定義、虐待の類型、虐待の予防、虐待の発見とその後の流れについて数字や例示によりわかりやすくご講義していただきました。職員も質問や感想をひとつづつ述べ、理解を深めることができました。



委員会の再編

京都光彩の会では、法人事業の運営の重要な事項について事業所を横断して委員を募り、検討しています。事業間の相互理解と交流にも役立っています。

これまでの委員会を再編し、2019年度からは、研修委員会、リスクマネジメント委員会、働きやすさ推進委員会、研修委員会の4つの委員会となります。



ピアサポートの会=OB会を開催しています！

京都光彩の会が運営する事業所を利用したOBの方、委託職業訓練修了生を中心にして、互いに近況や得意なこと、心配や気になること、聞いてみたいことなどを話しながら元気になることめざして3カ月に1回第3日曜日午後1時半から3時までピアサポートの会を開催しています。

2018年度後半は、10月21日、1月16日に開催しました。参加者の中から進行と記録の担当者を選び、近況報告やみんなに聞いてみたいこと、相談したいことなどを意見交換します。転職したい、残業が多い、余暇活動についてなど、いろいろな話題が出ます。仕事や生活について参考になり、「明日頑張ろう」という気持ちになります。

次回は2020年4月21日（日）13時30分から開催します。

ご案内を送るようになっていますが、案内が届いていない方もどうぞご参加ください。

職業訓練 O B会の開催について

2004 年度から 2014 年度まで光彩の会が実施してきた委託職業訓練終了生の O B 会は 2017 年度までは、「介護サービス科」と O A 関連訓練と 2 つに分けて開催してきました。

新たに開講しておらず、参加人数が少なくなってきたため、平成 30 年度からは合同で開催することにしました。

2019 年 3 月 17 日（日）に実施した O B 会の参加者は 5 名でしたが、ゆっくりと近況報告をし合い、仕事のステップアップや資格取得や社会保険や雇用保険や労働保険などたくさんの話題が出ていました。

また集まりたいという希望がありましたので、次回 2020 年 3 月 22 日（日）に開催を予定しています。

どうぞご参加ください。

家族会からのお知らせ

「京のかれん」家族会は、京都光彩の会が運営している事業所を利用している、利用していたメンバーのご家族で構成しています。1997 年から家族相互の助け合いと精神保健福祉の向上のために活動を続けています。

10 月には「からしだねワークス」を見学させていただきました。カフェ「トライアングル」で健康に配慮したおいしい昼食を頂き、地域の理解が得られず、建設予定地を変更されるという困難を乗り越え、カフェ事業や啓発活動など活発にされているお話を聞き、意見交換もでき、有意義なひとときを過ごしました。

2 月には京都光彩の会が運営する事業所の通所メンバーが最近の活動について報告をしました。

次回は 4 月 27 日（土）13 時 30 分から京都光彩の会にて総会を開催いたします。

どうぞお気軽にご参加ください。

社会福祉法人 京都光彩の会 後援会からお礼とお願い

平素は、社会福祉法人 京都光彩の会後援会にご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。この紙面をお借りしまして、厚く御礼申し上げます。

後援会は、社会福祉法人光彩の会が運営する社会福祉事業の発展のためにご協力とご支援をいただくために設けた会です。

年会費は年度毎、下記のようになっております。ご趣旨をご理解いただき、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

記

- ・個人会員 一口 3, 000 円
- ・団体・法人会員 一口 10, 000 円

—編集後記—

「節目」という言葉には木材や竹の節に例えて「物事の区切りとなる大事なところ」という意味があり、日常会話の中では「人生の節目を迎える」という使い方をされます。毎年 4 月は年度の切り替えとともに新しい生活をスタートさせる、まさに人生の節目を迎える方が多くおられると思います。今年は新元号への移行と重なるため、環境が変わらずとも「時代の節目」と感じる方もおられるのではないかでしょうか。

元号が変わっても数々の課題がリセットされることはありませんが、「節目」として気持ち新たに新年度に臨んでいきたいと思います。

（京都市中部障害者地域生活支援センター「なごやか」中條）