

# Mネット通信 No.20

平成24年9月発行

発行：特定非営利活動法人 Mネット

\*ひまわり工房 \*フレッシュバーカリーさら \*まんま亭 \*きくがわ作業所 \*おまえざき作業所 \*たまり〜な売店

\*相談支援事業所・地域活動支援センターMネット \*工房オアシス \*グループホーム神明 \*グループホーム吉岡

事務局：静岡県菊川市赤土1660番地の1 TEL：0537-73-1033 FAX：0537-73-1034

E-mail：m-himawari3778-s@ia5.itkeeper.ne.jp

## グループホーム吉岡が開設しました

昨年9月にグループホーム新明を開設してから、グループホームへの入居を希望される声が多く寄せられました。精神障がい者の方のグループホームの必要性を感じ、先日の9月3日に掛川市吉岡地区の市営住宅に2つ目のグループホーム、“グループホーム吉岡”を開設致しました。開設にあたりましては地域の皆さまをはじめ、多くの方々の御理解とご協力をいただきました。誠にありがとうございます。グループホーム吉岡では、メンバーの皆さんが地域の方との交流を深めていただければと考えています。

Mネットのグループホームは、メンバー1人1人のプライバシーの保護や権利を尊重し、将来的には1人1部屋を理想として拡大していきたいと考えています。そして、グループホームを拡大していくにあたりましては、地域の皆様、医療機関の皆様、関係機関の皆さまのご理解とご協力が大変重要になってまいります。

今後もグループホーム吉岡ならびにグループホーム神明、そしてMネットをよろしく願い致します。

(理事長 水野洋一)

# グループホーム吉岡内観



浴室とトイレは別になっています



広いダイニングキッチン付です



居室は和室・洋室の2タイプです

グループホーム吉岡の定員は7名で、現在4名の方が利用をされています。昼間は作業所に通所される方や、お部屋で過ごされている方など、過ごし方は様々です。Mネットでは朝夕に有償運送による送迎をおこなっておりますので、作業所への通所や通院などの移動がしやすくなっています。

新しい暮らしを始め、慣れない事や課題もたくさんありますが、メンバーとスタッフ全員で協力しながら、暮らしやすい場所にしていきたいと思います。皆さんも是非遊びに来てください。

**グループホーム吉岡で生活されているメンバーさんたちからは、次のような感想を頂いています。**

- \*グループホームでの生活は、思っていた以上に設備が整っていて、快適な暮らしができています。
- \*畳が新しく、クーラー等の家電製品があって嬉しい。
- \*地域の方にゴミ出しの仕方などを教えてもらった。今後はもっと地域の方と交流を深めたい。

## 新人職員紹介



氏名：向島 千裕

所属：工房オアシス

こんにちは。先日メンバーさんに「私を動物に例えるとなんですか？」と質問したところ『らくだ』と言われてしまった、向島千裕です。簡単に自己紹介をさせていただきます。

私は聖隷クリストファー大学を卒業し、個性的な先輩方に囲まれてとても充実した日々を送っています。毎日1時間ほどの道のりを通っていますが、大学へ通うことに比べたら近い方なので苦にはなっていません。私とMネットとの出会いは大学3年生のときの実習が最初でした。私はこれまで、特別養護老人ホーム、社会福祉協議会など様々な施設や機関で実習を行ってきました。それぞれの実習先では多くのことを学ぶことができましたが、Mネットで多くのメンバーさんとの関わりを通し、初めて『実習が楽しい』と思えました。そして、『ここで働きたい』と強く思い、今に至るのではないかと思います。

しかし、『実習』と『働く』とは大きく違い、入社したころはさまざまな葛藤がありました。日々のクリーニング業務に追われ、メンバーさんとゆっくり話をすることもできず、「自分は何をしているんだろう」とメンバーさんと関われない自分にいら立つこともありました。

そして5ヶ月が経ち、クリーニング業務にも慣れ、少しずつではありますが、作業を通してメンバーさんと関われる余裕が出てきました。メンバーさんと話をすることで、元気をもらい、『仕事が楽しい』と胸を張って言える自分がいます。

私は、日々メンバーさんと関わり、“今日はなんかいつもと違う”と、変化に気付けることがとても嬉しいです。どんなに仕事が忙しくても、実習のときに味わった『楽しい』という感覚を忘れず、これからもメンバーさんと笑顔で過ごしていきたいです。よろしくお願いします。



氏名：西郷 早貴

所属：グループホーム神明

はじめまして、こんにちは。4月からグループホーム神明に配属されました西郷早貴です。

私は学生の頃に2週間ほどMネットで実習をさせていただきました。実習中に感じたことは、職員とメンバーさんの関係がとてもよく、日々の中で相談ができる環境があり、メンバーさんが作業をしやすい作業所だということです。

Mネットに入社して、私にとっては毎日がとても早く、あっという間に5ヶ月が過ぎていきました。初めの頃は、自分自身作業手順がわからずメンバーさんから教わることもありましたが、失敗もたくさんしました。失敗をした時には、『入ったばかりだから仕方がないよ。誰だって失敗はあるから気にしないで』と励ましの言葉を掛けていただき、その言葉があったからこそ、今では自分らしく仕事が出来ていると思います。

支援をおこなっていく中では、グループホームでは、メンバーさんの生活を見ていくので、どの部分を支援をしたら良いのか、どこまでをメンバーさんにやっていただくのか、距離を上手く取れず、悩んだ時期がありました。また、日々の生活の中では、何気なく使ってしまう言葉が、相手を傷つけてしまっていることに気が付き、何気ない発言の怖さを身近に感じました。そんな経験から、メンバーさんと会話をする際には自分の言葉遣いや内容などに気を付けるようになりました。

今後もたくさんの事を経験し、自分らしい支援を見つけていき、精神障がい者の方が地域の方から理解していただいて、地域で住みやすい環境を作れるような支援者になりたいです。今後とも、よろしくお願い致します。

ご支援をありがとうございました

赤い羽根共同募金会様



平成23年度において、赤い羽根共同募金会様より工房オアシスにオーブンと冷凍庫をいただき、Mネットの菊川・御前崎地区に待望の調理室ができました。これからは「フレッシュベーカーさら」「まんま亭」と共にパンやスイーツを地域の皆様に、より身近にお届けしていきたいと思っております。ありがとうございました。

# Mネット ボウリング大会を開催しました



9月1日に、浜岡ボウルにてMネットの作業所、全6事業所のメンバーさんとスタッフが参加して、“第2回ボウリング大会”を開催しました。ストライクやスペアをとると、同じレーンの人達とハイタッチをして喜んでいる姿が多くみられました。「楽しかったよ」「またやりたい」といった声を聞き、早くも次回開催が楽しみです。

今回、特に男性の部では1位から3位までをおまえざき作業所のメンバーさんが独占し、その力強さを見せてくれました。次回はいったい誰が優勝を勝ち取るのでしょうか。

# うつ病・新型うつ病についての講座を開催します

うつ病の生涯有病率（一生のうちで病気にかかる割合）は、100人のうち13～17人といわれています。

「うつ病の原因って？」

「うつ病の人にはどう接したらいいの？」

「うつ病を治すにはどうしたらいいの？」

「最近話題の新型うつ病って？なまけとは違うの？」

そんな身近なうつ病について、知っているようで知らないことや疑問など、精神科のドクターにわかりやすくお話ししていただきます。

この機会に、うつ病についての理解を深めてみませんか？

日 時：平成24年11月17日（土） 13:30～16:00

会 場：22世紀の丘公園 たまり～な 大研修室  
（掛川市満水1652番地 TEL 0537-24-2722）

講 師：地方独立行政法人 岐阜県立多治見病院 精神科部長 高田知二先生

定 員：120名

問い合わせ：地域活動支援センターMネット（0537-73-1020）

参加  
無料

申込  
不要

## Mネットではこころの健康相談をおこなっています。

祝日を除く月曜～金曜の9:00～16:00にご相談をお受けしています。

下記の会場からお選びいただけます。（おまえざき作業所のみ、月1回となっております。）

- ・おまえざき作業所（御前崎市佐倉1213-2）：毎月第3月曜13:00～16:00
- ・工房オアシス（菊川市赤土1660-1）
- ・プラザけやき（菊川市半済1865）

相談時間は1回につき最長1時間となっております。

ご利用にあたっては、予約が必要となります。

ご予約の際は地域活動支援センターMネットまでご連絡下さい。

※地域活動支援センターMネット（TEL：0537-73-1020／携帯電話：090-1235-9606）

相談無料