



そんなり通信 VOL.37

実施主体：特定非営利活動法人 M ネット東遠

場所：菊川市赤土 1660-1 TEL/FAX 73-1020

地域活動支援センターってご存知ですか？

Mネットが菊川市より委託を受け地域活動支援センターを始めて、今年で4年目になります。活動していく中で「地域活動支援センターって何？」という声を様々なところで聞きます。今これを読んでいる方の中にも知らないという方が多いのではないかと思います。

その為今回は多くの方々に知ってもらい、活用していただけるようセンターの紹介をします！！

『精神の病気』と聞いて、皆さんはどのように思いますか？

昔は…

長期入院



今は…

地域・家庭で治療・福祉サービス等を受けながら生活

このように変化してきている背景には、複雑で忙しい社会では誰もが病気になりやすい事、薬の効果があがり『病気の軽症化』という状況によるものではないでしょうか。

ただ、現在でも精神の病は長期に亘り、病状が落ち着き難いという特徴があります。

《特徴》これ以外にも様々な症状・特徴があります！！

- ・不調を抱えやすい：退院して自宅で療養されても『眠い・だるい』と感じる
- ・家にひきこもりやすい：『出かける場所が無い』『仲間がいない』『出かける意欲がおきない』など…

症状・特徴は1人1人様々です！

もしかしたら、これを読んでいる方の中にも、また読んでいらっしゃる方の身近な方にも同じような状態の方が居らっしゃるのではないのでしょうか？

そんな方々の為に『家から一步を踏み出す場所』として、気楽に行ける『居場所』として、安心して寛げる『仲間がいる空間』として『**地域活動支援センター**』があります！！

過ごし方は人それぞれです

調理実習等様々な過ごし方があります

ボランティアさんが参加されたりします

☆何時行っても何時帰ってもいい自由に過ごせる所

☆仲間と話をしたりゲームを楽しむ所

☆一人で音楽を聞いたり本を読んだりする所 等…

日常的な解決策を模索されている方、「ちょっと行ってみようかな」という方がいらっしゃれば一度見学にお越しください。民生委員さん・ボランティアさんの見学も可能です。

* 見学は随時受付しています。まずはご連絡ください (73-1020)

曜日	開催場所	開催時間
月曜日・金曜日	プラザけやき 2階 リフレッシュルーム	10:00~15:00
火曜日・水曜日	地域活動支援センターMネット (赤土 1660-1)	9:00~16:00
日曜日	まんま亭	10:00~14:00
木曜日・土曜日	お休み	

*利用登録のお願い・・・年度単位での登録となりますので、登録をお願いします。登録は無料です。利用料もありません。

- * 登録して頂くと・・・
- ①『そんなり通信』『カレンダー』を毎月用意します。
 - ②コーヒーや紅茶が安く飲めるよう（20円）マイコップを用意します。
 - ③ センターの書籍やCDなど借りる事が出来ます。
 - ④ 医療機関との連携協力させていただく事が出来ます。

*僅かですが以上の特点があります。

◆工房オアシス開所式



4月18日(火)に菊川市赤土にある精神障害者就労支援事業所、工房オアシスの開所式が行われました。開所式には菊川市長をはじめ、市議会議員、病院職員、ボランティアなど関係者の方々が参加されました。工房オアシスは特定非営利活動法人Mネットが運営する就労支援事業所であり、菊川市にある2つの事業所のうちの1つです。Mネットは精神障害者に対する就労支援、相談支援、普及啓発などを行っております。

以前は別の団体が利用していましたが、当法人が買い取り、運営を行っていく事となりました。この度、助成金で新しく建物を設立、クリーニング機器を投入し、新棟の設立完成とともに開所式を行うこととなりました。工房オアシスで今後は就労支援の作業のひとつとしてクリーニングを行っていきます。

同建物内には地域活動支援センターもございます。

◆サロン活動

地域活動支援センターMネットでは1か月に2回サロン活動を行っております。4月は9日(月)にカレー作り、10日(火)にお花見を行いました。9日のカレー作りではカレーに隠し味として『味噌・砂糖・ケチャップ』を入れました。初めての試みでしたが、まるやかになっておいしくできました。10日のお花見では菊川市の北東部にある火剣山に登りました。天候も良く、ポカポカとした小春日和で気持ち良くお花見が出来ました。



火剣山展望台にて

◆ふれあい企画開催！参加者募集！

今年もふれあい企画が開催されます。ふれあい企画は当法人と菊川市社会福祉協議会の共催で行われる精神障害者普及啓発交流事業です。菊川インターチェンジ前の花壇の花植え、昼食作りを通じて精神障害者の方々との交流する機会を提供し、こころの病、精神障害について理解を深めてもらう事を目的とした活動です。参加者は当法人の利用者の方々とボランティアなどです。

今年のふれあい企画は6月3日(日)に行われます。たくさんのご応募お待ちしております。参加したい方、気になる方は地域活動支援センターMネット 0537-73-1020 までご連絡ください。