

そんなり通信 vol.120



地域活動支援センターMネット 広報誌 R1年9月号
発行者：社会福祉法人Mネット東遠 地域活動支援センターMネット
菊川会場：菊川市本所 1407-4 TEL0537-28-9716
小笠会場：菊川市赤土 1660-1 TEL 0537-73-1020 FAX0537-73-1034

こころの健康づくり講演会のお知らせ

今年も、菊川市精神保健福祉ボランティアあしたばの会主催、こころの健康づくり講演会が開催されます。今回は『会社に行きたくなくなった～働く人のメンタルヘルス～』というテーマで、医療法人社団 澤記念会 神経科浜松病院 院長の山岡功一先生をお招きし、講演をしていただきます。

今回の講演会では、いざ自分や身近な人がうつ状態になったときや病院へ受診したあと、職場復帰のタイミングなど働く人のメンタルヘルスをについてお話していただきます。興味のある方はぜひお申込みください。

日時：9月21日（土）15：00～16：30 （受付：14：30～）

会場：菊川市中央公民館 多目的ホール

申し込み先：あしたばの会事務局（地域活動支援センターMネット内）

TEL：0537-73-1020 FAX:0537-73-1034

申し込み〆切：9月12日（木）17:00

9月のぴあぴあサロンのお知らせ

内 容：100円食堂【冷やし中華を作ろう】

日 に ち：9月10日（火）

時 間：9：30～11：30調理 11：30～12：30食事・片付け

会 場：プラザけやき2階栄養指導室

持 ち 物：材料費100円、エプロン、帽子、バンダナ等髪を隠せるもの。

※グループに分かれ調理をします！皆様のご参加をお待ちしております。



内 容：外出サロン【ららぽーと磐田でショッピング&ランチをしよう】

日 に ち：9月27日（金）

時 間：9：30 プラザけやき出発

10：10～12：30 ららぽーと磐田にて買い物と昼食

13：10 プラザけやき到着予定

持 ち 物：お小遣い、昼食代



みんな、工賃は何に使っているの？

今回はM ネット東遠 就労継続支援 B 型の事業所を利用している方に工賃の使い道について話を伺いました(^O^)/♪

まず、はじめに…M ネットの工賃は
1 時間 370 円です。

M ネットのどこの作業所に通っても、
内職、クリーニング、食品製造、販売など
作業内容は違って同じ工賃になります。



1 日の作業時間が 4.5 時間だから
毎日作業所に通うと…
月 35,000 円くらいもらえるよう
になるんだね♪



さて、みなさんは工賃を何に使っていますか？

携帯代、年金の保険料、医療費。

実家で両親と同居しているけど、何とか親からお小遣いをもらわずに生活している。

欲しい物があるときは、3 か月前から計画をしないと買えないんだよね。

医療費、ガソリン代、ダイエット食品代

今は体調が悪くて作業所にも毎日通えないから、医療費だけでマイナスになるときもある。欲しい物は障害年金から買うようにしている。

国保の保険料、お弁当代

残った工賃はもしものときのために使わずに持っている。

定期積立

残った工賃はとっておく。

欲しい物は今まで働いていたときの貯金や年金から支払っている。

洋服代、食費（外食代）、ジュース コーヒー代、カラオケ代

毎日ジュース・コーヒーを買ってたらすぐなくなっちゃう。

月 1 回発声の練習のためにカラオケに通っている。

皆さん、それぞれですが毎月の工賃日が楽しみですね。

くれぐれも使い過ぎに注意しましょう ……