



# そんなり通信

VOL.49

地域活動支援センターMネット 広報誌 H25年7月号

実施主体：特定非営利活動法人Mネット

場所：菊川市赤土 1660-1 TEL 0537-73-1020 FAX 0537-73-1034

## 精神障害理解普及啓発交流事業

# ふれあい企画

毎年続けてきた『ふれあい企画』が菊川市社会福祉協議会とMネットとの共催で今年も6月2日に行われました。梅雨入り宣言が数日前に出されたばかりで天候が心配されましたが、曇りで熱すぎず雨にも降られず無事できました。

当日は高校生や大学生のボランティアと作業所に通っている利用者と共にレクリエーションを楽しんだ後、「東名菊川インター出入り口の花壇整備」と「昼食作り」の2班に分かれて協働交流を行いました。活動中は、事前に行われた講話が分かり易かったことや、この雰囲気慣れた影響かごく交流がなされ、短かい時間でしたが貴重な時間を持つ事が出来ました。

《タイルとレンガで花壇を飾りました》

今までのふれあい企画では、花壇にネクスコ中日本さんや小笠高校さんから頂いた花を植えていました。さほど大きな花壇ではなくとも、夏の水やりは大変なので今回は花を植えるのではなく、タイルやレンガで花壇を飾ることにしました。



日頃は手入れの行き届いた公共の花壇を何気なく見ているのですが、花壇を維持するには大変な苦勞があることに気づきました。

《看板を設置しました》



この企画も回数を重ね多くの体験の中から多くのことを学びました。精神障がいとは差別や偏見という言葉で表現されることがありますが、実際は無関心で知らない事から起こる事が多いと思っています。実際に触れ合った体験程確かなものはありません。短な時間の営みではありますが、このことが最もこの目的を達成する近道のように感じています。

# サロン活動

## H25.6.11 (火) 体を動かそう (会場：プラザけやき2階リフレッシュルーム)

あしたばの会（精神保健福祉ボランティア）の山内さんの指導のもと、まず最初に芝生の庭に出てストレッチを行いました。そして、部屋に戻ってマット運動、そしてボーリング。普段使わない筋肉をギュッと伸ばして、運動の後は水分補給。体がリフレッシュされました。お疲れ様でした。

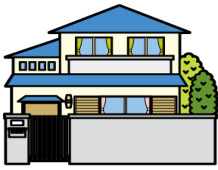


## H25.6.17 (月) 中華料理作り (会場：プラザけやき 乳幼児健診室)



いつもは当日作る計画案が用意されていたり、具材が準備されていたり、事前試作していることもあるというのに……  
「中華料理を作ろう」ということ以外何の決めもなくサロン活動が始まりました。今回は女性職員・市保健師も居ず困惑気味に始まりましたが、慣れたあしたばの会の方々の発案で冷やし中華に決定し、手際よく買い出しと準備が進み、12時前には出来上がりました。状況に即して炊事できることも大切ですよね！！

## 7月のコラム・コラム



人が社会的に生きていくためには2つの場所が必要といわれています。その1つは、『居場所』です。居場所は、自分が寝泊まりする場所のことで、普通は自分の住んでいる家のことをいいます。居場所には家族と一緒に住んでいる人もいれば、アパートなどで1人暮らしをしている人もいます。もう1つの場所は『行き場所』で、会社員であればすぐに思いつくのは職場ということになります。また、学生だったら学校と答える人が多いと思います。そして、これらの場所の特性として、居場所は1ヶ所あれば満足できるのに対して行き場所は、複数必要と感じている人が多いようで、あっちやこっちに行き場所をもっている人がいます。例えば、会社帰りに寄る居酒屋や本屋さん、スーパーやコンビニといった場所も行き場所になります。しかし考えてみてください。これらの居場所に居続けたり行き場所に行き続けるためにはどんなことが大切となるのでしょうか。



続けるためには、それなりの条件が必要となります。

行き場所に行き続けるために会社員なら、仕事という役割が必要となります。会社には、仕事をしに行くわけですから仕事があれば通い続けることができるわけです。次に必要な条件は、職場の人間関係です。お互いに信頼できる職場の人間関係は、安心して職場に通い続けるための条件といえます。そして3つ目は、会社に通い続けるための経費（お金）です。交通費や昼食代、靴代や衣類、床屋代に化粧品代など様々な経費がかかりますが、それはその人の工夫次第といえるのではないのでしょうか。いずれにしても、行き場所が多くなりすぎて、経費の負担から自己破産しないよう注意したいものです。