



CHIKATU 宅急便 May 第15号

社会福祉法人 M ネット東遠 地域活動支援センターM ネットかけがわ
掛川市久保 2-18-19 フラワーB101 ☎ ・ Fax : 0537 (29) 8970



春の座談会 3.17 - 自分にとって地活とは何か -



司会: まずは自己紹介をお願いします。**英二さん:** B 型事業所は続かなかったのですが、上手に地活を利用してアルバイトを続けています。**節子さん:** B 型事業所に行っています。体調が悪いときに地活を利用しています。**幸恵さん:** 主治医に地活への通所を勧められてほぼ毎日来ています。**藤江さん:** 相談事業所の職員です。**恵美さん:** パンを作る事業所に週に2日通所しています。それ以外の時に来ています。**直也さん:** 相談員です。たまに地活に入ります。**司会:** 何を期待して地活に来ていますか。**英二さん:** 家にいてもしょうがないでしょう。地活に来ている人と会話することでストレスを解消しています。**司会:** 英二さんは利用時間が短いですが、それでストレスが発散できるのですか。**英二さん:** それで充分です。**幸恵さん:** 私もストレスをためやすいです。ストレスになった話を、2人・3人と聞いてもらうことで楽になります。**司会:** B 型事業所と地活との違いは何ですか。**節子さん:** 仕事を頑張れるときは B 型事業所にいきます。「頑張れないときは地活ならいけるかな」と思って来ています地活に来ることで家族からも距離が取れるのでいいです。**藤江さん:** 「ちょっと行ってみようかな」と思ってもらえる場所に地活がなっているならとても嬉しいです。**司会:** 話を聞いていると、午前中に何もプログラムを入れていないことが、それなりに機能しているんですかね。**英二さん:** みんなが孤立しないためにも、このような場が必要だと思います。**直也さん:** 誰かがそこすることで成り立つ場所が地活なのかなと思いました。間との出会いがいっぱいあります。それと B 型事業所なので、職員とは、どうしても上下関係になりやすい職員との敷居が低いと思う。**英二さん:** そういえば、なんでこの仕事をしているんですか。**司会:** 恵美さん仲間との出会いがあって楽しいからです。**節子さん:** 苦付き合い方が難しいです。**幸恵さん:** 人間関係は時間がかかりますね。私も時間がかかりました。**直也さん:** 人間関係には障害は関係ないような気がします。関係性を作るには時間がかかりますよね。そこでお互いが成長していくのかもね。**真司さん:** 遅れてすいません。一般就労しながら、地活を利用しています一般就労ではストレスがたくさんあります。理解してくれる上司がいたときは良かったのですが、変わってしまったことで大変になりました。**司会:** そんな状況でどんな目的で地活に来ますか。



(裏面に続く)





真司さん:一人ではろくなことを考えない。たまにでもいいから、地活に来て仲間と話すとストレスが発散できます。**司会**:少しの時間でも、いいですね。**真司さん**:去年来てからずっと来なかったんですが、ただらして家で寝てばかりでよくなかったです。先月もカラオケに行けなかったのが残念です。**司会**:みんなが受け入れてくれる場所だからいいですね。皆さんありがとうございました。来年度は定期的に座談会を開催したいと思っていますので、よろしくお祈りします。**終わった後に到着した博夫さん**:終わってしまったんですね。最後に一言いわせてください。職員と利用者との敷居の高さは、就労支援 B 型事業所に比べて地活の方が低いと思います。相談事業所も隣にあるので、生活のことか就職活動のこととかを相談に乗ってくれる。自分の居場所として地活を利用しています。B 型事業所とも違って、自分にとって必要なところですよ。**司会**:先ほども同じ意見が出ていましたね。時間が来ましたので今日はこれで終わります。来年度は定期的に座談会を開いていきたいと思っています。どうもありがとうございました。



3・4月プログラム活動報告

1) 夕食プロジェクト

3月23日(月)	厚揚げノキの煮物と高野豆腐卵とじ	9人	11日(土)	高野豆腐の煮物と豆ごはん	6人
24日(火)	ちくわ磯部揚げとさつまいもステーキ	11人	14日(火)	鶏の松風焼きとごぼうのごまだれ和え	10人
30日(月)	にんじんごはんと肉だんごと青菜のお汁	10人	15日(水)	春のグリーンカレーとマカロニサラダ	12人
4月1日(水)	カレーのツナキャベツといもの胡麻和え	8人	16日(木)	キムタクご飯とウインナートマト煮	9人
3日(金)	新玉と鶏むね南蛮漬と大豆五目煮	7人	17日(金)	ライスコロケと新玉ねぎのスープ	10人
7日(火)	豚肉の開花煮と青菜のおひたし	11人	20日(月)	豆腐の中華煮とコーンサラダ	9人
8日(水)	とり肉のレモンソースとトマトのオムレツ	12人	22日(水)	ほっけの塩焼と春キャベツ雑魚ソテー	10人

2) 昼食のひろば

3月21日(土)	あんかけ焼きそば—ボラ出前—	15人
28日(土)	ほうれん草カレーと野菜スープ	13人
4月4日(土)	ロコモコ丼とポトフ	12人
18日(土)	キャベツとベーコンのパスタとサラダ	11人

3) さぼりカフェ

3月31日(火)	桜のラングドシャ	11人
4月4日(土)	ばなの花形タルト	10人
9日(木)	春色のイチゴ蒸しパン	10人
21日(火)	そら豆のクリームチーズ大福	11人

4) カラオケ

	休止			休止	
--	----	--	--	----	--

5) アウトゴーイング

6) 音楽 Café ・ストレッチ ・脳トレ

4月6日(月)	脳トレで勝負	4人
10日(金)	地活で DVD 鑑賞 お菓子付き	3人
23日(木)	ひとりで操体法	4人

7) ペーパークラフト・水彩色鉛筆画

3月25日(水)	アクセサリー作り	3人
4月2日(木)	習字の時間です	4人
13日(月)	水彩色鉛筆	3人

こんげつのひとこと・ふたこと・みこと

◆私のアルバイトはコロナ休業です。4月の給料は450円だけでした。(誠二郎。)♡最近、体調も良くなって、マイペースですが木の妖精シリーズの絵が描けました。(千古)☼一階の自分の部屋でゴロゴロしていたら、誰もいないはずの2階で足音がしました。不思議??? (真理子)▼娘に新しい彼が来ました。早すぎだよね。(照枝)♠体調が悪いながら仕事に行けました。よかった良かった。(文江)

