

港さざなみ会

<家族会例会>

- ★ 次回家族会は1/21(土) 3:00~ 場所はグリーンズです
- ★ 2/17金の家族会は1:00~保健センターです
- ☆ 港さざなみ家族会では新会員を募集中です。
- ◎ 1/20金 14:00~家族教室(保健福祉センター)
- ◎ 2/3金 中央体育館メインアリーナで大運動会!

<家族による家族ゼミナール>

- 薬について・・・(薬物療法) 2回
- ◎ よく使われる抗精神病薬とその主な働き
 - 幻覚や妄想を抑える働きの強いもの
 - ・ ハロペリドール(例:セレネース・リントン)
 - ・ プロムペリドール(例:インプロメン)
 - 混乱・興奮を抑えたり、睡眠を深くする働きの強いもの
 - ・ クロルプロマジン(例:コントミン、ウインタミン)
 - ・ レボメプロマジン(例:レボトミン)
 - ・ プロペリシアジン(例:ニューレプチル)
 - 意欲が無かったり、根気が続かないときにも比較的賦活効果のあるもの
 - ・ スルピリド(例:ドグマチール)
 - ◎ 非定型抗精神病薬(新薬)について

従来の抗精神病薬と異なる作用の仕組みをもち、かつ統合失調症の症状に効果的で、幻覚・妄想のような陽性症状に効果があるだけでなく、従来薬物療法の効果が少ないといわれてきた、意欲減退などの陰性症状にもある程度の効果があります。

現在日本で使用可能な新薬は、リスパダール(ヤンセンファーマ株式会社)、セロクエル(藤沢薬品工業株式会社)、ルーラン(住友製薬株式会社・吉富薬品株式会社)、ジプレキサ(日本イーライリリ株式会社)の4つです。



賛助会員募集

賛助会員にはピアみなと新聞を送付しています。
 一口 3000円(17年度分)
 通信欄に「賛助会費」と書き、送先を書いて下記に払込願います
 郵便振替口座 加入者名:ピアみなと
 口座番号:00900-0-330844
 購読のみ希望の方は、送料をご負担ください。1年分1000円を「新聞送料」と書いて上記口座にお送りください。

- ★ ピアみなとはは小規模社会福祉法人をめざしています。資本金1000万円を準備するために今後ともご協力をよろしくお願いいたします。
- 現在 正会員数 67名
賛助会員 18名 です
- 本法人・施設へのご寄付は、施設または郵便局へお願いします
郵便振替口座 加入者名:ピアみなと
口座番号:00900-0-330844

相談電話いろいろ

こころの悩み電話相談 大阪市こころの健康センター
月~金曜日 10:00~21:00 (但し15~17時は中止)
6636-7867

こころの電話相談 大阪府こころの健康総合センター
6691-2813

ささえあい電話 セセラギクラブ
水曜 13:30~15:30 土曜 13:30~14:30
6973-4121

わかちあい電話 ぼちぼちクラブ
火曜・木曜 14:00から17:00
6973-1287

自立生活センターピア大阪(ピアカウンセリング)
男性月曜・女性金曜 13~16時(12~13時休み)
6622-1180

やすらぎコール ふれあい地域生活支援センター(生野区)
金曜 17:00~19:00
6754-3587

こころの電話救急相談 復帰協
24時間いつでも
6945-5000

家族が対応する電話相談 大家連
月・金曜日 10:00~午後3:00
6775-7859

障害者もしもしサポート 早川福祉会館
月~土曜日 午後1~8時
4399-3363

ふらっとめいじ相談電話 地域生活支援センター
月・火・木・金・土 9:00~17:00
6541-0006

保健福祉センターの電話番号
3階石神さん6576-9968 井部さん6576-9856
2階 支援運営課 6576-9882

精神保健福祉

ボランティアグループしおり

2006年の例会 1/24火 2:00 ワークみなと

<活動予定>

- 1/24火 手話講座・ミーティング ワークみなと
- 1/26木 14:00 精神保健福祉ボランティア講座開講
- 1/28土 9:00 誕生会 ワークみなと

<活動報告>

- 12/20火 手話講座・ワークみなとでミーティング
- 12/22木 グループワーク合同クリスマス
- 1/5木 グループワーク合同鏡開き

<活動計画・依頼>

※天保山公園そうじは毎週月・水10:30~グリーンズ集合
 ※連絡先: Tel/Fax 6574-2930 グリーンズ
 Tel/Fax 6571-7511 ワークみなと

【こころ】あけましておめでとうございます*たくさんいただいた年賀状には「今年は正念場」「大変な一年・・・」「身を引き締めて」などの言葉が並んでいました*福祉に携わる者の動きの「うまさ」「すばやさ」がサービスを受ける人の損得に関わってくるのなら、私たちは目を見張り、耳そばだてて、新しい時代に立ち向かわねばなりません(Yoshi)

ピアみなと新聞 50

特定非営利活動法人 障害者の福祉を進める会みなと

2006年1月

発行者・印刷
 特定非営利活動法人
 障害者の福祉を進める会みなと
 通称名:ピアみなと
 〒552-0016
 大阪市港区三先 1-16-9
 ワークみなと内
 TEL・FAX06-6571-7511
 郵便振替口座
 加入者名:ピアみなと
 口座番号:
 00900-0-330844

統合失調症薬今春メド国内販売

「大塚製薬は2006年春をメドに、新型の統合失調症薬を国内で販売する方針を決めた」と日本経済新聞記事にありました。(以下記事より抜粋)

製品名は「エビリファイ」(一般名アリピプラゾール)。薬価決定など一連の正式な手続きが終わった段階で売り出す。エビリファイは神経伝達物質ドーパミンの受容体に作用し、ドーパミンの量を制御して適切な水準に保つ。幻覚などの「陽性症状」が起きた場合は抑制し、行動力が下がったり感情の動きが鈍ったりする「陰性症状」では適度な刺激を与えて改善する。両方の症状へ効果を発揮する仕組みだ。

施設運営委員会 2006年1月20日(金)

午後4時 港区保健福祉センター集検室です
 ※ 2月は法人理事会の予定です

港さざなみ家族会

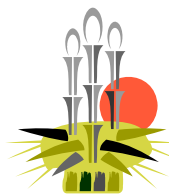
1月21日(土) 3:00~ グリーンズにて
 2月17日(金) 1:00~ 保健福祉センター

家族教室 1月20日2:00~保健福祉センター

来月は 2月17日2:00~保健福祉センター

精神保健福祉ボランティアグループしおり

今月は 1月24日(火) 午後2:30~
 ワークみなと4階にて、手話講座もあります



謹賀新年

あけまして

おめでとうございます

今年もよろしくお祈りします

自立支援法、動き始める

障害者自立支援法の成立に伴い、自立支援医療の実施に伴う減免申請等が昨年暮れから始まりました。かかっている病院などを通じて書類を作成するものです。通常利用の病院と緊急時入院先の登録等を行います。自己負担が1割に増える問題については、国民健康保険利用者に対しては、大阪府・大阪市が負担をカバーし、自己負担をなくす方法で検討すると、昨年10/25 障大連の対大阪市オールラウンド交渉で確認されています。

また、1/16にグループホーム宛てに一括で、グループホーム利用の個別減免申請書が送られてきました。本人名義の貯金等が350万円以下である場合に個別減免が申請できるそうです。

精神保健福祉ボランティア講座

日程 (講座修了者対象のスキルアップ講座【希望者のみ3/2木2~4時】もあります)

- 1/26木2~4時会場① 開校式・「精神保健ボランティアとは」
 - 2/ 2木2~4時会場① 「精神の病気についての知識」
 - 2/ 9木2~4時会場② グループワーク体験
 - 2/13月~18土のうち1回2時間会場③ 作業所体験
 - 2/23木2~4時会場① 「ボランティア活動の実際」・開校式
- 会場: ①ひまわり・②保健福祉センター・③作業所(ワークみなと・グリーンズ)

定員:20名 受講料:無料

対象:大阪市内に在住・在勤・在学の方

締切り:1月24日(火)必着

申込み:住所・名前(ふりがな)・年齢・電話・FAX、市外在

住者は勤務先名・学校名・所在地及び連絡先を明記の上、TEL・FAXなどでお申込み下さい。

問合せ・申込み先:

港区ボランティアビューロー(吉田)

〒552-0007

大阪市港区弁天2-15-1 ひまわり

TEL06-6575-1212 FAX06-6575-1025

ワークみなと

港区三先 1-16-9 TEL/FAX 6571-7511

ボーナスと忘年昼食会

12月の仕事納めには、大掃除と忘年昼食会が恒例です。ワークみなとは4階建てなので掃除するところがわんさか、例えば窓を拭くにも24ヶ所もあります。いつもより30分早く集合して、上から下まで手分けして1時間、細かいところは目をつむってできあがり。3階に集合して今年最後のミーティング。社適や就労、体調の不良などで手薄になったひまわりの掃除のこと、日々のそうじのこと、お茶係、昼食のうどん係のことなどをみっちり相談しました。もちろん最後にはボーナスが出ました。ホクホク！！

さあ、みんなで弁天町の三井アーバンホテルまで大移動です。今年はおめかししてホテルのテラスレストランでの忘年昼食会。日替わりのメイン料理とスープや各種パン・おかず・ケーキなど食べ放題。コーヒー・紅茶もおかわり自由です。社適先・就労先からも加わって、ボランティアさんも入れたら20人あまり。ひ



さびさ大人数の作業所行事でした。う～ん 満腹！
鏡開きはGWと合同で！
正月明けの1/5、港区保健福祉センター集検室でグループワークと合同の鏡開きがありました。さざなみ会やワークみなと・グリーンズも参加の恒例行事です。鏡開きとは言いますが実はおもちつき（実はころころ）、硬いお鏡を割ったのではなく、つきだてのホカホカお餅をいただきます。まずは大根おろしとポン酢をつけて一口。次にきな粉をつけて一口。最後にあんこの入った大福もちを一口、二口・・・。お腹をいっぱいにして、お土産のお餅を持って帰ります。

数年前まで、お正月にワークみなとで本当の鏡開きをしたそうです。ご家族の方がぜんざいを炊いてくださって、みんなでふうふう言いながらいただいたと聞いています。時代が変わり状況も変わりますが、季節の行事は続けていきたいものですね。

中のTさん。けがをして退院したばかりのIさん。昨年はいろんなことがありました。今年は、大過なく過ごしたいと願ったのもつかの間、年末よりIさん風邪で高熱を出しました。せっかくのおせち料理も、あまりたべられず・・・残念！！というわけで今年も憩寮どうなることやら、皆さん元気で過ごしましょうね。



1/16（月）今日は、Iさんの誕生日。待ちに待ったTさんの退院の日となりました。今日の憩寮の様子は、次号にて・・・

自立支援法による書類の提出が始まっています。グループホームの入所している方が出す書類が届きました。昨年反対していた自立支援法が、いよいよ始まったという感じです。

グループホーム

みなと憩寮

明けましておめでとうございます
憩寮は、1/4より開所しています。今年は、当分の間月曜日はなつかしのきよこさん。水・木・金はのりこさん。火曜日は寮のみんなで食事作りをする事になりました。みんな手伝ってくださいね。前号では、「みなと憩寮」で忘年会に行くことお知らせしました。暮れも押し迫った12/29 憩寮のみなと、非常勤さん、飛び入りも参加して総勢8人で行ってきました。5:30分寮に集合し、「ふるさと」へ。まだまだ早いと思っていた時間なのに、店内は一杯。予約していた席に案内していただき、さっそくおいしい料理をたくさんいただきました。日頃小食のIさんもびっくりするくらい食べていました。おおがらなAさん忘年会を忘れて、焼きそばを食べたとか・・・残念！！お腹も少し大きくなってきた頃、来年の抱負、やってみたい事などを順番に話していきました。お腹一杯になったところで、お開き。う～ん満足満足。まだ入院

12月のレク、新年会。(グリーンズ)

□■「久しぶりやから投げれるかなあ。」「ざっと10年ぶりやからな。」など言いながら、12月5日(月)、グリーンズはレクリエーションでボーリングに行きました。■さっきのようにぶつくさ言っていた私たちでしたが、カウンターで受け付けを終え、シューズを履き替えボールを選んでいっているうちに、なんとなくボーリング場の雰囲気を出し気分が乗ってきました。■予定のゲームは2ゲーム。最初のゲームで感覚を取り戻し2ゲーム目で本領発揮、勝負はそのときだ、というつもりでいましたが、実際は1ゲーム目を終えた時点でみんなすでお疲れモード。「前はもっと投げれたんやけどなあ・・・。」と言うもむなしい青春カムバック。疲れたカラダと不本意なスコアでボーリング場をあとにしました。□■その後は、お昼ごはんにお好み焼きを食べてからカラオケに行きました。■カラオケはKさんが以前から熱望していたレク。ずっと待っていただけにどんだん予約を入れてががが歌っていました。しかしKさんだけでなくみんな自分の好きな歌を自分なりに歌い、一時間の予定を延長して楽しい時間を過ごしました。■今回のレクは弁天町で行いましたが、ボーリングでからだも動かしたカラオケで大きな声も出せたし、近場で十分楽しむことができ良かったです。□■いよいよ年もあけて2006年がスタートしました。11日(水)の新年会では、みんな今年の目標を発表しました。一番多かったのは健康管理。やはりからだが大切です。今年もみんな無事に一年が送れますように。(N)



本年もよろしくおねがいたします
(グリーンズ一同)

Vegetarian Dishes GREENSS

年未は、ほとんど花ふさでクッキー作りで追われていたので、作業所に来る機会が余りありませんでした。花ふさでは、ケーキのスポンジ作りに初挑戦したので、何度か失敗しました。スポンジは難しかったです。クッキーもたくさん注文を頂き、ありがたいことでしたが、お店の中は戦争のようでした。今年に入って、久しぶりに作業所へ行くと、みなさん声を掛けてくださり、うれしかったです。「久しぶりな気がする」とメンバーさんに言われ、そういえば年末、花ふさばかりだったことを思い出しました。たに、年をまたいだせいか、私が忘れっぽいのか、すっかり忘れていました。今年も、就職もあり、作業所に来られるのも、二月の頭までになりました。一年ほどでしたが、運動会に参加したり、お茶をしたり、お話をしたり、とても楽しかったです。作業をしなが、メンバーさんの体験や気持ちを聞かせてもらい、病気の辛さや苦しみを知らなくて良かったのは、私の人生に大きくプラスになりました。就職先が実家の長野県なので、大阪に来れる機会が減ります。が、また機会を見つけて遊びに来たいと思います。

高崎弘江です

	ワークみなと	グリーンズ	みなと憩寮
2006 1 月	5木 GW 合同餅つき 6金 仕事始め 19木 勝本先生の日 16月 運動会実行委員会 ポートネット例会 20金 運営委員会 26木 代休 27金 相談員研修受入 28土 誕生会 30月 相談員研修2名受入	5木 餅つき(グループワーク) 6金 仕事初め 11水 新年会 16月 運動会実行委員会 ポートネット例会 20金 運営委員会 21土 家族会 23月 支援職員連絡協議会全体会	毎週月曜日 体重測定 1元旦 お正月会 4水 始まりハジマリ 16月 Iさんの誕生日
2 月	1水 精神保健福祉士実習受入 3金 作業所交流運動会	3金 作業所交流運動会 15水 旭区コンサート 18土 第2回フワアアレンジメント教室開催	