

# 港さざなみ会

## <家族会例会>

今回は9月29日(土曜日)グリーンズで開催しました。参加者が少なく会の運営が心配されましたが、10月19日(金曜日)は港区保健福祉センター行い今後の運営について話し合いました。  
**次回は11月16日(金)13:00保健福祉センター**  
**港さざなみ家族会では新会員を募集中です。すぐ**  
**に会員から連絡します。連絡待ってます!**

## 講座・イベントのお知らせ

### NPO 大阪精神医療人権センター設立22周年記念講演 危機に立つ社会保障

講師：里見賢治先生(仏教大学社会福祉学部教授)  
 日時：11月10日(土)13:30~17:00  
 会場：アピオ大阪301室 JR・地下鉄「森之宮」駅すぐ  
 参加費：500円(資料代) 参加申し込み不要

### 大阪PSW協会11月例会

テーマ：「現場実践を通じて」(仮称)  
 日時：11月24日(土)14:00~17:00  
 場所：大阪市社会福祉研修情報センター

### 第6回「福祉関係者のための成年後見活用講座」

日時：11月25日(日)9:30受付10:00~16:30  
 会場：大阪府社会福祉会館3階第1会議室  
 地下鉄「谷町6丁目」「谷町9丁目」10分

参加費用：一般5000円(テキスト代込み)  
 申し込み：(社)大阪社会福祉士会 相談センターパートナー  
 TEL 06-4304-2772

### みなとこころの講座 無料(申し込み問合せは作業所まで)

日時：平成19年12月1日(土)14:00~16:00  
 場所：港区民センター2階  
 音楽：nama(濱口なつこ&まさし)エレクトーンと三線  
 講演：「笑顔でストレスと向かい合うために」

精神保健福祉佐生郷研究所 代表 田村雅幸氏

原画展：白保美香(港区夕凧在住)心を癒す絵画展  
 喫茶コーナー：ワークみなと&グリーンズ(お飲み物と菓子)  
 申し込み：港区社会福祉協議会(荻野・吉田)TEL6575-1212

### 大阪府障害者芸術文化フェスタ2007

日時：11月4日(日)13:00~  
 25日(日)12:30~  
 会場：交際障害者交流センター(ビッグ・アイ)  
 泉北高速鉄道「泉が丘」駅下車200m  
 問合せ：TEL072-290-0974  
 FAX072-290-0972

## 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(19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。

## 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  
 引越しました。〒534-0027 大阪市都島区中ノ町5-15-21  
 月~金曜日10:00~21:00(但し15~17時は中止)  
**6922-8520**  
 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 セせらぎクラブ  
 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 大阪府・大阪市・堺市  
**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階西山さん 6576-9968 小橋さん 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**  
**しおり**  
 11月21日(水)定例会 2:00~ ひまわりにて  
 11月3日(祝)三先ふれあい祭り 三先公園  
 11月23日(祝)池島ふれあいまつり 池島公園  
 グリーンズ弁当当りは水曜日10:00集合です。  
 天保山公園そうじは毎週水・金10:30~グリーンズ集合  
**連絡先：Tel/Fax6574-2930グリーンズ**  
**Tel/Fax6571-7511ワークみなと**

【こころ】2008年1月1日施行を目指す民主党の「障がい者自立支援法応益負担廃止法」は緊急避難法として「応益負担廃止」と「事業者財政支援」を2本柱とし、1.障害者の経済的負担の軽減(現行1割負担を障害者の負担能力に応じた負担)と、2.障害福祉サービス等の円滑な提供の確保(財政・金融上の支援と現行日割制を元の月割制にし、収入の100%を保証)をうたっています。与党側からは「所得保障をした上で、1割負担を」の意見もあるようです。10/31東京・日比谷野外音楽堂では障害者自立支援法の見直しを求めて、当事者の声を国会に届けようと、障害者や支援者約6000人が集会を開きました。大阪市開市政は、改革という名で福祉、医療、予算を削減し、市民サービスをカットしてきました。市長選挙が11/18に迫り、新市長さんしたい現場の動きも変わります。悩ましいこの頃です。(Yoshi)



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  
 ホームページwww.peerminato.com  
 メール minato@coconet.gr.jp

## ポートネット 交流運動会

恒例の運動会が11月28日(水)に開催されます。港区障害者施設連絡会(愛称:ポートネット)8ヶ所の障害者作業所が集い、スポーツやゲームを通して親睦を深めるものです。  
 一言に運動会といっても、身体・知的・精神の障がいを持つ人が、同時に競い楽しむゲームを準備することは簡単ではありません。会員作業所の若手職員による実行委員会が、過去2回の経験を踏まえ、幾度ものミーティングを重ねて計画・実施します。  
 会場の大阪市中央体育館サブアリーナは参加者100人ほどの運動会には適度な広さで、トイレ・エレベーター・食事スペースなどの設備がよく、悪天候時の心配もありません。また事故の対応や万一の天災にも避難経路などが整っています。そして体育館の方たちの対応はとても親切で安心して利用できます。  
 なによりこの行事は、たくさんの応援者に支えられて実施されます。港区ボランティアビューローの皆さん、大阪保健福祉専門学校精神保健福祉科の学生の皆さんよろしくお祈りします。

## ピアみなと健康講座

### 第1回 歯のお話し

歯は健康のバロメーターです。この機会に、歯の大切さについてお話を聞き、具体的な予防法を学んでみませんか?  
 この講座は港区保健福祉センターの協力で、家族教室・港さざなみ家族会・ワークみなと・グリーンズ・みなと憩寮・その他を対象に実施するものです。  
**日時** 平成19年12月21日(金)午後2~4時  
**場所** 港区保健福祉センター2階 集団検診室  
**講師** 歯科医師 渡辺充春氏(松浦診療所歯科)↗

## みなとこころの講座 無料

# 笑顔でストレスと向かい合うために

元気になる音楽と、心を癒す絵画、そして、わかりやすいこころの健康のお話

日時・場所 平成19年12月1日(土)午後2時~4時(開場1時30分)・港区民センター2階  
 音楽 nama(濱口なつこ&まさし)エレクトーンと三線(さんしん)・ギターのコラボレーション  
 講演 「笑顔でストレスと向かい合うために」 講師：精神保健福祉総合研究所 代表 田村雅幸氏  
 原画展 白保美香(港区夕凧在住)心を癒すスケッチや水彩画を展示します。  
 喫茶コーナー 精神障害者小規模通所授産施設ワークみなと&グリーンズ(お飲み物とお菓子のサービス)  
 申し込み 港区社会福祉協議会(担当：荻野・吉田)TEL(6575)1212 FAX(6575)1025 〒552-0007 港区弁天2-15-1



## バザーてんこもり

ワークみなと

秋はバザーのシーズンです。

9月8日(土)夕方のみよけフェスタバザーを皮切りに、10月13日(土)クレオ東で大阪市内の作業所が10ヶ所集まった精神保健福祉啓発のバザー、そして10月17日(水)の波除福祉会バザー。今後は11月3日(土)に三先公園であるみなとふれあいまつり、11月23日(祝)の池島まつりと続きます。

作業に明け暮れているワークみなとでは、販売する自主製品があまりありません。「季節のジャム」と「りんごケーキ」「ビーズの指輪」が主な商品です。そこで最近ではゲームに力を入れています。

今年の新作は「バズーカ砲」、空気砲とも言い、密閉した段ボール箱に直径10cmほどの穴を開けて的(ま)に向け、箱をたたくと空気の塊が飛び出しての的を倒します。的はダンボールの板に恐竜やライオンなどの絵を書きました。男の子も女の子も夢中になります。

小さな子向けには「スマートボール」を2台作りました。ベニヤ板に釘を打ったもので、打ち出したビー玉がコンコンとはねて、点数を書いたコーナーに入ります。おばあちゃんたちは「なつかしいね!」といます。お年を召した方は子供の頃にこんなおもちゃを手作りしたそうです。

以前から続けているのは「ストラックアウト」で、点数を書いた的にボールを当てて、合計点を競います。

どのゲームも子供たちはよく遊んでくれます。ワークみなとは啓発を一番の目的として参加していますから、周りのお店に合わせていただいた50~100円にみあったお菓子などを、賞品として持ち帰ってもらいます。子供たちや、付き添いの大人にもおおむね好評をいただいているように見受けられます。バザ-で会ったら声をかけてくださいね!

## 私は今までに入退院を4回繰り返してきました。

みなと憩寮

私は今までに入退院を4回繰り返してきました。

以前は体のだるさや口が開きっぱなしという副作用に悩まされていました。

2回目の退院の時に医師から作業所を勧められました。

作業所を始めは仕方なく通っていましたが、いつしか真剣に通うようになりました。リズムある生活をしなさいと、耳にたこが出来るほど言い聞かされ、次第に自分の体のことを考えるようになりました。自分の病気のどこが悪くてなぜこんなにつらい思いをするのかと、自己分析し始めました。診察のときに人付き合い、自分のこれからの夢、特に副作用のことを相談したいのですが、緊張して頭の中が真っ白になり医師の「調子はどう?」という問いかけに「まゝまゝです」とやる気のない返事をするばかりでした。それで作業所の職員の方が仕事でメモをしているのを見て真似し始めました。それから、調子の悪いときの症状を事細かく書き見てもらうようになりました。その後新薬を勧められ、それまで飲んでいた薬は私の体に合っていなかったことが、医師にも私にも分かり2年ほどの経過で、今まで悩まされていた体のだるさもとれ口が開くという症状も改善されました。今は毎日病気が気にならないほど安定して暮らしています。私は薬が変わったことで人生も変わりました。生活保護ですが、一人暮らしを始めお酒もやめ体重が83kgあったのが63kgまで痩せることが出来ました。今の私にとって薬は、必要不可欠です。そう思えるようになったのは、つい最近です。同じ立場の仲間との何気ない会話の中で共に病気に対する問題点、薬に対する注意点を見つけることがあります。その時は、一日考えた事、思った事を留意点としてメモを取っています。医師から勧められた新薬のおかげで、私は精神的に成長できたと思います。それは、人生の成長でもあり要点だと考えます。私はこれからも今の生活をきちんと守りたいと思っています。(KK)

「メンタルヘルスマガジンこころの元気+(プラス)」9号(11月末発行)に掲載予定のものです。



連載小説(第二回)

### 『コラージュおばあさん』

橋爪 栄

古風かつモダンなコラージュおばあさんは...

水曜日と土曜日には近所の幼稚園児や小学生に絵を教えています。そのお絵描き教室はちょっと変わっていて、5秒間で人物を描きなさいとか、短い童話を読み聞かせてそのイメージを描くとか、コラージュおばあさんの弾くオルガンの音を画用紙に表しなさいとかいうものでした。画材も墨汁や油絵具、アクリル絵具など広く使わせていました。

子供たちが絵を描く時は、いつもミーコという真っ白いネコがいました。子供たちは、コラージュおばあさんが魔法使いで、ミーコは人間の言葉をしゃべるんじゃないかとうわさしていました。ミーコはいたずら者で、子供のパレットの絵具に足をつけて点描のような作品(?)をつくる事もありました。

みんながお母さんたちに連れられて帰ったあと、よく学君という小学6年生の子と、アッチャンとよばれる女の子が残ってコラージュおばあさんとお話をします。学君はすぐとなりに、アッチャンは向かいに住んでいました。ある時、学君はコラージュおばあさんの蔵書の画集を見つけて許しを得てから開いてみました。(続く)

## 予定

11月

- 3土 みなとふれあいまつり(三先公園) わ
- 5月 14:00 大阪市実地調査 わグ  
ポートネット運動会実行委員会
- 11日 14:00 皆と花いっぱいコンサート
- 13火 支援職員会運動会実行委員会
- 15木 ~16金 三先中学職場体験学習受入 わ
- 16金 消防ふれあい広場(水上消防署) グ  
16:30 運営委員会 全
- 23祝 池島まつり わ
- 28水 ポートネット交流運動会 全

12月

- 1土 14:00 みなとこころの講座 全
- 8金 健康フェア 港区民センター 全
- 20木 GWクリスマス会 全
- 21金 歯のお話し 渡辺充春先生(ほ) 全

わ:ワークみなと グ:グリーンズ み:みなと憩寮  
全:ピアみなと又は全施設 家:港さざなみ家族会  
大支協:大阪市精神障害者支援職員連絡協議会  
ポ:港区障害者施設連絡会(ポートネット)  
PS:大阪精神保健福祉士協会  
会場 (ほ):港区保健福祉センター(ひ):ひまわり  
(近):近隣センター(セ):区民センター  
(こ):大阪市こころの健康センター

## これが私(たち)の一週間 (グリーンズ)

月曜日は業務スーパー 両手に買い物重たいな トウリヤ トウリヤ トウリヤ...  
火曜日に弁当づくり 水曜日も弁当づくり トウリヤ トウリヤ トウリヤ...  
木曜日は一息ついて 金曜日は公園そうじ トウリヤ トウリヤ トウリヤ...  
土曜日は水やりのあと 洗濯、アイロン待ってます トウリヤ トウリヤ トウリヤ...  
友だちよこれが私(たち)の一週間の仕事です トウリヤ トウリヤ トウリヤ...トウリヤリヤ  
(ロシア民謡「一週間」の替え歌)

グリーンズはご存知の通り、ベジタブルレストランの営業をしています。ランチタイムのOLさんや外人さん、ご近所のおば様やメタボ?なおじ様などに、ごひいきにさせていただいています。しかしグリーンズの活動はこれだけではありません。以前の新聞にも書きましたが、火曜日と水曜日は特製のお弁当を保健センターや社協さん、他の作業所に配達しています。また、月・水・土曜日は港区アクションプランの一環として、観覧車前のロータリー部分に植えた花の水やりも行っています。天保山公園のそうじについては、ボランティアでずっと続けてきたことですから止めるわけにはいきません。こうしてグリーンズはどんどんやる事が増えているのです。

しかし、やることは増えています。その分みんなで作業を分担しながらがんばっています。メンバーさんも少し増えて来ており雰囲気も若干若返ったかな?これから寒くなってきて、配達も水やりもそうじも大変になるけど、みんなががんばろうね!とにかくロシアよりマシだよ!(N)

## グループホーム

みなと憩寮

## 体験・見学

いつでもご相談ください

問合: TEL06-6571-7511(世話人:山本みどり)

グリーンズ特製「お弁当」  
1個:500円(サラダ付き)  
火・水曜日(1日限定20食)  
ご注文は前日の3時まで  
お願いします  
1つから配達しています。  
ご注文電話・FAX番号  
06-6574-2930

