

のぞみ便り

2023年2月号

NPO法人長崎のぞみ会
のぞみ共同作業所



HP

〒852-8134
長崎市大橋町3-2
TEL:095-807-4269
発行日:令和5年1月末日
編集責任者:河野 知房



LINE@のぞみ



新年が始まって早1か月ですね。私事ですが、子どもも3か月になりました。年始には大分から両親が来てくれて一緒に
お宮参りやお食い初めをしました。近々のぞみデビューも考えていますので、皆様その時はよろしくお願ひいたします。寒いと家に閉じこもりがちになりますが、のぞみでは暖房やストーブも完備して暖かくしてありますのでぜひ足をお運びください。お待ちしております(^-^)/ 河野



お宮参りの写真です

～ 新年の抱負 ～

今年も新年の抱負を利用者さんやボランティア、職員が書いて、作業所内に掲示しています。その中のいくつかをご紹介します!

大塚さん
「なるべく休みなく作業所に来ること」

Fさん
「料理のレパートリーを増やす」

N.Hさん
「新年度、4月までに仕事を決める。レパートリーを増やす」

Aさん
「身体に気をつけて健康で日々の暮らしを大切にしたいです。」

Sさん
「協力できる人になる」
協調性を大事に!

内野さん
「PCのスキルを上げたいです。Wordの基礎はもう学習したので、次は何をしましょうか?PCのスキルをあげるぞー(・u・)」

N.Sさん
「1日1つ、必ずやるべきやった方がいい」
} 事を行う
やりたい

ボランティア Sさん
「早寝・早起きを中心掛ける!あとは、おいしいものをたくさん食べて、健康的な生活を…!」

ボランティア海斗さん
「余裕を持った行動をする!」

須田さん
「自分らしく生きること…」

森さん
「自分の事業を活性化して、売上に繋げる。通所の方々の刺し子ふきんDX作成に力を入れる」

今田
「不安・イライラをスッと消せるように安心の種を育てる。「安心」を増やす!コツをマスターする」

前田さん
「明るく元気に前向きに状態を安定させたい」

河野所長
「子育てと仕事とピアサポートの研究をバランス良く頑張ります!感謝の気持ちを忘れない」

家族会予告 (のぞみ家族会)

※1月の家族会の報告は3号に掲載します。

〇2月18日(土)10:00~11:45
テーマ「薬との付き合い方」

節分豆まき予告

今年(令和5年)の節分は2月3日(金)ですが、作業所はその日はお休みなので2月2日(木)の午前中に行きます。一年の厄を払うためにみなさんもご参加ください!
※のぞみ会議は翌週2/9(木)10:30~になります。



～ 作業療法科実習生の紹介 ～

長崎大学医学部保健学科作業療法学3年生による長期実習を、1月16日(月)から2月9日(木)までの4週間受け入れることになりました。今回も2名の学生さんが参加していますので、作業所に来られる方はよろしくお願ひします。

1月16日より実習でお世話になっております。長崎大学作業療法学専攻3年の中川と申します。趣味はドラマを見ることで最近は韓国ドラマにはまっています。4週間と短い期間にはなりますが、多くの方と関わり学びを深めていきたいと思っておりますのでよろしくお願ひいたします!



中川 真希さん

長崎大学から参りました。作業療法学専攻3年の久間(くま)です!1月16日から2月9日までの4週間、実習生としてお世話になります。趣味はお菓子作りで、特にガトーショコラを作ることが得意です。沢山のことを学び、充実した実習にしていきたいと思っております。よろしくお願ひ致します!



久間 美乃さん

利用者さんがイラストを描いてくれました!



～ 新年書初め会を行いました! ～

日時:1月5日(木)10:30~11:30

場所:のぞみ共同作業所2階

参加者:6名(利用者5名、音楽教室1名)

新年を迎え、書初め会を行いました。参加者は予め書きたい文字を一字決めて、経理担当であり、編み物ボランティアももっていたらいい森さんが、年始にお手本を用意してください、当日も森さんの見守りの下行われました。利用者さんは5名、音楽教室からも和花ちゃんが参加しました。

年始らしい雰囲気の中、参加された皆さんは、森さんのアドバイスを受けながら、自分の決めた一字に思いを込めて筆を運んでいました。年始めに気持ちを一新し、日々の暮らしに対する決意や望みを文字におこすことは大事なことだと感じました。作品の一部はリビングに展示しています。



和花ちゃん

～ 年賀状ありがとうございました! ～

今年も沢山の年賀状が届きました。ありがとうございました。年賀状の一部は、ご住所などを伏せた上で一階に掲示させていただきました!



～ 寄贈報告 ～

12月20日~1月19日にいただいた寄付です。お名前がもれていましたらご容赦ください。いつもありがとうございます。

【ボランティア】
高岩さん 刺し子DX7枚
【家族会】
Mさん 新品の本



高岩さん

高岩さんより刺し子デラックスを7枚寄付していただきました。はあと屋さんで販売しています!

予告 2月18日(土)の「のぞみカフェ」は
所長の子どもさんお披露目会になるかも…?!
参加締切は2月14日(火)です。

ピアちゃんだより (ピアサポートちゃんぽん)

日時:12月17日10:00~12:00

場所:もりまちハートセンター

5F和室研修室

参加者:9名

- ①月の振り返り
- ②テーマトーク
(1)友人が依存しているがどのような形がベストか?
(2)就職→オープンorクローズ就労?

12月のピアサポートちゃんぽんは、就職は、オープンかクローズでどちらで就労? 友人が依存しているが、どのような形がベストか?の2つのテーマで、話しました。今回は、河野施設長不在での開催で、本当のピア同士だけの開催だったので、休憩時間中も、話の花が咲いていました。(加島)



12月の例会の様子です

〇2月25日(土)
10:00~12:00
於:もりまちハートセンター
2階研修室

2023年2月のスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
			1 ハートメイド講習 (ホケビニ) (昼)カラオケ	2 節分豆まき	3 	4
5	6 菜園 運動サークル	7 ピアサポート (テーマトーク)	8 (昼)カラオケ	9 のぞみ会議 10:30~11:50 工賃支給日 13:00~13:30	10	11 建国記念の日
12	13 菜園 運動サークル	14 ピアサポート (テーマトーク)	15 河野講座 (菓との付き合い方) (昼)カラオケ	16 ハートメイド講習 (刺し子ふきん)	17 	18 家族会 10:00~11:45 のぞみカフェ 13:30~15:00
19	20 菜園 運動サークル	21 当事者研究 (10:30~11:50)	22 月1クリーンデー (昼)カラオケ	23 天皇誕生日 ハートメイド講習 (アクリルたわし) ※PM閉所 (職員会議)	24	25 ピアサポート ちゃんぽん (ハートセンター)
26	27 菜園 ※PM閉所 運動サークルと 音楽教室は あります	28 ピアサポート (振り返り、 テーマトーク)				

～ 河野講座報告 ～

日時:2023年1月18日(水)10:30~11:00

場所:のぞみ共同作業所1Fリビング

参加者:6名(職員1名、利用者2名、ボランティア1名、実習生2名)

今回のテーマは「一人暮らし」についてでした。はじめに私自身の一人暮らし経験での失敗談をお伝えし、障害当事者の事例をもとにどのような制度やサービスがあるかを説明しました。参加された利用者さんや実習生も一人暮らしをしている方が多かったため、お金のやりくりや困り事を共有する場面もありました。今回は2月15日(水)に「菓との付き合い方」をテーマに予定しています。良かったらご参加ください。(河野)



～ 第10回のぞみ会議報告 ～

日時 2023年1月12日(木) 10:30~11:50

出席者:利用者6名 職員4名、総数 10名

【検討事項】

- ・販売関連 11月の売上
- ・登録更新について(次年度の更新は3月中旬より)
- ・朝礼前、掃除後のコーヒー、お茶について
- ・避難訓練1/24(火) 消防団員参加
- ・今年の抱負について
- ・委託業務について
- ・12/7(木) 研修旅行報告
- ・12/17(土) クリスマス会報告
- ・大掃除振り返り/気づき、感想
- ・書初め振り返り/気づき、感想
- ・1/21(土) レクの日案内
- ・1/29(日) 音楽バザー
- ・2/2(木) 節分 10:30~11:00
- ・実習生関連

次回のぞみ会議は2/9(木)10:30~11:50です。

～ ピアサポーター養成講座レポート ～

12月18日(日)、令和4年度の精神障害者ピアサポーター養成講座、第3回フォローアップ研修が開催されました。

「見る当事者研究 case2 それでも地域で暮らしたい!」というテーマのDVDの視聴をし、次にグループ演習で「模擬事例検討」を行い、次に「私のリカバリーの原点と今の夢」というテーマでファシリテーターの方々に話していただきました。

「相手の力を引き出すことがピアサポーターの役目なので、ピアサポーターである自分が立派すぎるとダメだ」という考え方や、「ピアサポーターは当事者を一方的にサポートする存在ではなく、お互いに学び合う関係だ」とおっしゃっていたのが印象に残りました。

最後の演習では、(1)あなたのリカバリーの原点は?と(2)あなたの今の夢は?という2つのテーマで話し合いました。

本日の研修で全日程が終了したため、最後にフォローアップ研修の修了式を実施しました。受講生に修了証書、ファシリテーターに感謝状が授与されました。(海斗)

※海斗さんのレポートを要約しました。詳しくはHPのブログをご覧ください!



講座の運営メンバーです

お手紙BOXに入れられた利用者さんからの投稿です



～ 定期活動日程 ～

- 菜園活動 : 毎週月曜10:30~11:00
- カラオケ : 毎週水曜12:15~12:55
- ピアサポート : 毎週火曜11:00~11:50
- 運動サークル : 毎週月曜13:30~15:00
- レクの日 : 月1回土曜 PM
- のぞみ会議 : 第1週末曜 AM
- 河野講座 : 不定期 10:30~11:00
- ハートメイド講習 : 月3~4回10:30~12:00

～ 開所時間の変更について ～

◎2月23日(木)

職員会議のため午後~~は~~閉所します。

◎2月27日(月)

ピアサポーター養成講座の関係者会議のため午後~~は~~閉所します。
※運動サークルと音楽教室はあります。

利用者Nさんの活動日誌より

～ 菜園日誌 ～

山口さんの提案で、畑の方のハウレンソウを間引きという形で一部収穫しました。残りの分はどこまで大きくなるかは分かりませんが、一応2月を一区切りとして収穫しようかと考えています。

プランターに植えていたスマイルは残念ながら枯れてしまっているため、1つ撤去しました。(来週、もう一つも片付け、別のものを植える準備を行う予定です)

(職員より)
※間引きしたハウレンソウは、希望者に販売しました。とても美味しかったです。2月の収穫が楽しみです!



菜園担当のNさんと海斗さん

～ ⑥売り上げニュース ～

チャレンジショップはあと屋

(浜の町アーケード内)

- ①アクリルたわし×14個
- ②刺し子布巾DX×7枚
- ③ポケビニ×6個
- ④ポケビニ詰替×5個
- ⑤ステッキカバー×2個

売上合計: ¥10,980

手数料: ¥878

振込手数料: ¥110

売上合計: ¥9,992

みさき駅さんわ

(長崎市三和農水産物販所)

なし

売上合計: ¥0



作業所内

(常設販売分)

- ①マフラー
- ②スヌード
- ③サマーベスト
- ④クリスマスロケット×2個
- ⑤アクリルたわし×1個
- ⑥官製はがき×10枚

売上合計: ¥12,110

ハートメイド販売

(11月9日、10日開催)

- ①アクリルたわし×8個
- ②ポケビニ(本体)×6個
- ③ " (詰替) ×1個
- ④レターセット×7個
- ⑤メッセージカード×2個
- ⑥のぞみのぞみ2巻×1冊
- ⑦ハートメイドアクリルたわし×13個
- ⑧マフラー×2着 ※寄付
- ⑨しるくすくえあ×2個 ※寄付
- ⑩セーター類×7着 ※6着寄付
- ⑪クロススケッチ×2個 ※寄付
- ⑫年賀状×144枚

売上合計: ¥86,186

2022年11月の売上総額: 108,288円