



のぞみ便り

NOZOMI NEWS 令和5年5月号

NPO法人長崎のぞみ会
のぞみ共同作業所

〒852-8134
長崎市大橋町3-2
TEL:095-807-4269
発行日:令和5年4月末日
編集責任者:河野 知房

HP  



先月はNPO総会が開催され、今年度も良い形でスタートを切ることができました。ご参加いただいた皆様、ありがとうございました！

また、今月から私の出身校でもある長崎大学保健学科作業療法学専攻4年生の実習生が2名参加します。毎日皆さんと一緒に活動をしていきますのでよろしくお祈りします。

作業所では皆さんがより快適に過ごせるように、プチリフォームを行っています。来所された時に変化を楽しんでください(^-^)/(河野)


3月のレクの日報告


～「のぞみカフェwithMくん」～

令和5年3月11日(土)13:30～15:00
参加者:利用者7名,家族会2名,役員1名,
ボランティア72名,職員2名,家族1名 合計15名

ボランティアとして宮崎さんと山中さんさんが参加していただきました。カラオケのお世話などをしていただきました。今回も先月のレクの日引き続き、所長のむすこさんMくん(生後4ヶ月半)が参加しました!Mくんは所長に抱っこされてカラオケ室やリビング、音楽室と各コーナーをまわりました。家族会の方も二人参加されました。今回もみなさん、ゆっくりとお話をしたり音楽を楽しんでのぞみカフェを過ごされました。

5月のレクの日ものぞみカフェとして5/13(土)13:30～15:00に行います。参加締切は5/9(火)です。のぞみ登録者は参加できます!
お申し込みお待ちしております。


作業所に
慣れてきたかな?


1階はWiFiで
盛り上がりました!

～当日はお花見日和でした～

日時:2023年3月28日(火)
場所:護国神社(城栄町)
参加者14名(職員3名利用者+ボランティア11名)

10時に集合し、朝礼を済ませて10時半に出発しました。海斗さんと山中さんがボランティアとして参加していただきました。

11時に到着し、自由時間にはおやつを食べたり散歩したりバドミントンを楽しむ人もいました。その後30分間ゲームをしてお弁当をいただきました。午後も30分間みんなでゲームをして、勝ったチームから景品を選んでもらい、現地で解散となりました。

曇りつつないお天気で、桜の花は見頃で思いに残るとてもいいお花見となりました!


早押しクイズ!

～ 6月バザーのご案内 ～

「ピアサポ祭りin長崎」注目!

日時:6月4日(日)13:00～16:00
場所:長崎市役所新庁舎2階多目的スペース

前号でもお伝えしましたが、本年度の一回目のバザーは、市役所2階多目的ホールで行います!

一般の方にも広くのぞみ共同作業所、ピアサポート活動を知っていただきたいので今回は名称を「ピアサポ祭りin長崎」と致しました。一昨年から長崎市から委託を受けてのぞみ会が研修を主催している[ピアサポーター養成講座]と、のぞみ会の事業のひとつ[ピアサポートちゃんぽん]を、多くの方々に知ってもらう機会に出来たらと思います。「養成講座」と「ちゃんぽん」のこれまでの活動の紹介など、**ピアサポートの啓発のコーナー**を準備中です。

ボランティアの方々や長大の実習生にもご協力いただく予定です。皆様ぜひご参加ください!お菓子の初出店も決定しました!詳しくはバザーチラシをご覧ください!

～ 令和5年度の年間行事 ～

4月
・利用者面談(更新を兼ねて)
・4/15(土)レクの日

5月
・長大作業療法科4年生実習①(7週間)
・5/13(土)レクの日

6月
・6/4(日)ピアサポ祭りin長崎(バザー)
・家族/保護者個別面談(希望者のみ)
・避難訓練
・6/17(土)レクの日

7月
・長大作業療法科4年生実習②(7週間)
・7/6(木)セタまつり
・市民大清掃(素麺orスイカ用意)
・7/15(土)レクの日(スイカ割り)

8月
・8/19(土)レクの日(そうめん祭り)
・夏季休業期間(8/4～8/15)

9月
・自治会敬老会企画開催(大橋町東部公民館)
・山里地区運動会(希望者のみ)
・避難訓練
・9/16(土)レクの日

10月
・県立大看護実習(1日見学～3月)
・10/15(日)研修旅行(日帰り)
・10/21(土)レクの日(ハロウィーン)

11月
・ベルナード出店
・11/18(土)レクの日

12月
・12/16(土)クリスマス会(大橋町東部公民館)
・避難訓練
・冬季休業期間(12/24～1/7)

1月
・1/8(月)書き初め会
・長大作業療法科3年生実習③(4週間)
・1/20(土)レクの日

2月
・2/1(木)節分豆まき
・2/4(日)音楽バザー(作業所内)
・避難訓練
・2/17(土)レクの日
・2/29(木)ひな祭り

3月
・3/9(土)レクの日
・3/26(火)お花見
・春季休業期間(3/27～)

※いずれの日程も、変更になる可能性がございますのでご了承ください。

作業所内の利用スペースについて

5月8日(月)より、商品製作(工賃)をされる方は基本的に2階となります。また**午後5時の1階リビング**は憩いの方優先となりますので、1階で作業活動をしたい方は台所側でお願いしています。皆様のご協力をお願いします。

家族会報告

(のぞみ家族会)


今月の予定
5月13日(土)10:00～11:45
テーマ「色々な障害の理解」

日時:3月11日(土)10:00～11:45
於:のぞみ共同作業所
参加者:会員7名、河野所長 合計8名
テーマ:「うつ病」

今回は会長のご都合が悪く不参加で、事務局の今田が代行させていただきました。テーマトーク「うつ病」では、ご家族のつらい状態だった頃を思い起こして会員が涙される場面もありました。当事者本人が一番辛い状況ではありませんが、それを見守る家族もとても辛い思いをします。今回の講話で、うつ病の家族にどう接し見守れば良いか、とても参考になったという感想をいただきました。

また、近況報告では、「辛くて来ることも迷ったが来て話せて良かった」と言われる方もいらして、お話を共有することで少しでも気持ちが軽くなったなら良かったなと思いました。


※出欠の連絡をお早めに林までよろしくお願いいたします。会長林。


3月の例会の様子です

運動サークル

～やまぼうしのぞみ合同day～

今回初めてやまぼうしさんととの合同活動となりました。準備体操からはじまり、メンバー同士自己紹介をして、皆さんでバドミントンを5分間隔でローテーションで行いました。経験したことがある方からこの日が初めての方までさまざまな雰囲気となっていました。合同での活動は月1回ですが、それ以外の日にも参加者が増えるきっかけになればと思います!



時間 : 毎週月曜13:30～15:00
※月1回のぞみ・やまぼうし合同です
場所:もりまちハートセンター3F体育館
持参物 : 着替え、室内シューズ、飲み物


今月の予定
5月27日(土)10:00～12:00
於:長崎市役所2階多目的スペース

ピアちゃんだより

(ピアサポートちゃんぽん)

①月の振り返り
②テーマトーク
1グループ(前田)
(1)病気が障がい打ち明ける
タイムキング
(2)息まきの仕方
2グループ(河野)
(1)親しい間柄の友人関係
(2)自分の気持ちに気付くきっかけ

今月も人数が多かったので2つのグループにわかれて各グループでテーマトークを行いました。1グループでは、(1)は自分の特性を打ち明けるタイミングを悩んでいるとの事で、参加者みんな沢山意見を申し合いました。(2)のテーマは息抜きということで、少し話しやすい内容だったので、初参加の方も話題に入りやすい様子で盛り上がりました!


3月の例会の様子です

2023年5月のスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 子どもの日	6
G・W休業(4/28~5/7)						
7	8 作業療法科実習生開始 菜園 運動サークル	9 ピアサポート(テーマトーク)	10 工賃支給日 11:00~11:30 月1クリーンデー	11 ハンドメイド講習(アクリルたわし)	12	13 家族会 10:00~11:45 のぞみカフェ 13:30~15:00
14	15 河野講座「色々な障害の理解」 菜園 運動サークル	16 ピアサポート(テーマトーク)	17 ピアサポート当事者研究(10:30~11:45)	18 のぞみ会議 10:30~11:50 ※PM閉所(職員会議)	19	20
21	22 菜園 運動サークル やまぼうし合同	23 ピアサポート(テーマトーク)	24 ピアサポート当事者研究(10:30~11:45) ハンドメイド講習(刺し子ふきん)	25	26	27 ピアサポートちゃんぽん(長崎市役所)
28	29 菜園 運動サークル	30 ピアサポート(振り返り、テーマトーク)	31 カラオケDAY			

～新ボランティアさんです！～

4月より、イベントや日中の活動にボランティアとして加わって下さっています！

はじめまして。
4月からボランティアとして参加しています宮崎です。
散策、ドライブ(道の駅巡り)、音楽全般大好きです。ほかに好きな事たくさん、好奇心だけは旺盛です。不定期な参加になるかと思いますが、皆さんと楽しく過ごしたいです。気軽に声をかけてくださいね。よろしくお願いします。



歳納(としの)さん

4月末からボランティアとして参加します、佐賀です。
昨年度は、実習でお世話になりました。
好きなことは、歌とラジオです。主に木曜日に参加します。
皆さんと楽しく過ごせたらと思います。
よろしくお願いします。



佐賀さん



宮崎さん

はじめまして。
4月からボランティアとして参加しております、歳納と申します。趣味は運動全般、スポーツ観戦、読書です。月曜日午後からの参加が多くなると思いますが、皆さんと楽しく過ごせたらと考えております。何卒よろしくお願いします。

～寄贈報告～

3月20日～4月21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。

- 【ちゃんぽん】
- Fさん お菓子(お花見用)
- 【ボランティア、支援者、役員】
- 森さん アクリルたわし 50個
- 【家族会】
- 2家族様 素麺ご購入による寄付
- 林さん テニス用品一式

長大の永江先生にハンドメイド商品をご購入いただきました！
県立大重富先生にお菓子の差し入れをいただきました！



～令和5年度第1回のぞみ会議報告～

日時：4月6日(木)10:30~11:40
出席者：利用者4名 職員4名 総数8名
【検討事項】

- 販売関連
- 工賃関係
- ハンドメイド講習の頻度
- 参加形式・実施曜日
- 防災計画(避難訓練)
- マスク着用に関する注意
- ラジオ体操、清掃の時間帯の変更
- 4月のクリーンデーの内容
- 1階、2階のBGMについて
- 菜園活動報告
- 活動スペース/5月より午前の作業は2階、1階は憩い専用
- 3月レクの日報と4月5月レクの日案内
- 3月28日(火)お花見報告
- 6月4日「ピアサポート祭りin長崎」について
- 令和5年度年間行事予定
- 実習関連/本年度の受入予定
- 次回会議日程

今回ののぞみ会議は5/18(木)10:30~11:45です。

お手紙BOXに入れられた利用者さんからの投稿です



～お知らせ・ラ・カルト～

☆画像・映像の公開についてのアンケート
変更がなければ自動更新致しますので変更がありましたらお知らせください。

☆本年度の家族会の日程

- 5/13、6/17、7/15、8/19、9/16、10/21、11/18、12/9、1/20、2/17、3/9
- ※いずれも土曜日の午前中です。

☆カラオケDAY

- 5/31、6/14、7/12、8/23、9/13、10/11、11/8、12/13、1/10、2/14、3/13
- ※いずれも水曜日で午前か午後は不確定。

☆河野講座

4/24(月)の河野講座の報告は6月号に掲載します。5月の河野講座は、5/15(月) 11:00~11:45、テーマは「色々な障害の理解」です。みなさんのご参加をお待ちしています。

※いずれの日程も、変更になる可能性がございますのでご了承ください。



～定期活動日程～

- 菜園活動：毎週月曜10:30~11:00
- カラオケDAY：月1回水曜10:30~11:45
- ピアサポートのぞみ：毎週火曜10:30~11:45
- 当事者研究：月2回水曜10:30~11:45
- 運動サークル：毎週月曜13:30~15:00
- のぞみ会議：月1回木曜10:30~11:45
- 河野講座：月1回月曜11:00~11:45
- ハンドメイド講習：木曜日 10:30~11:45

※ピアサポートのぞみ & 当事者研究の日程について※

4月より作業所内で、火曜・水曜日10:30~11:45に行っています。開始時間が早まっていますのでご注意ください。

※ピアサポートちゃんぽんで登録されている方でも参加可能です。事前にお知らせください。

利用者Nさんの活動日誌より

～菜園日誌～

4/17(月)
・インパチェンスの種まきを再び行いました。鳥対策として不織布をかけています。
・少しジャガイモの葉が虫食いにあっていました。テントウムシダマシを見かけましたので、防虫対策を行っています。
・ゴーヤのつる用のネットを設置しています。
・フクシアの咲き頃が終わった分の花を摘み取っています。これほどんどん咲いていくと思います。



菜園担当のNさん

ジャガイモが順調に育っています！



商品売上ニュース

2023年2月
売上総額：14,268円

はあと屋

- (浜の町アーク内)
- ①ポケビ本体×15個
- ②アクリルたわし×8個
- ③ポケビニ詰替×7個
- ④刺し子布巾DX×5枚
- ⑤刺し子布巾大×3枚
- ⑥ペーパーベーズネクルス×3本
- ⑦レターセット×2

売上合計：¥14,268
手数料：¥1,099
振込手数料：¥55

売上合計：¥12,586

みさき駅さんわ

- (長崎市三和農水産物販所)
- ①アクリルたわし(¥220)×3
- ②アクリルたわし(¥240)×2

売上合計：1,140
振込手数料15%：¥42

売上合計：¥1,182

作業所内

- (常設販売分)
- ①ほうれん草(¥100)×5

売上合計：¥500