

Information

「麦のゆめ」11月のいちおしパン

「麦のゆめ」にはピカチュウ、アンパンマン、更にはすみっこぐらしなど、子供達に人気のキャラクターのパンが揃っています！

行楽シーズンを迎え、しんとうふるさと公園に遊びに来る子供達の心とお腹を驚ばかみしています！

さぁ、君もしんとうふるさと公園にある「麦のゆめ」でお目当てのキャラクターをゲットだぜ！！



【絵画教室】

11月の絵画教室はお休みです。

コロナウィルス感染拡大を受け、密閉・密集・密接を避けた対応が必要と判断しました。安心してまた絵画教室が開催できるようになりましたらご案内致します。



新年度(令和2年)度賛助会員募集中！

「山脈」の設立趣旨に賛同し、私達の活動を応援してくれる方を募集します。一口2,000円で何口でもかまいません。昨年に引き続き、皆様の温かいご理解とご支援を宜しくお願い致します。

賛助会員 年会費 2,000円(一口)

山脈ニュースをお届けします

賛助会員になられた方には、毎月、当法人の活動の内容をお伝えする「山脈ニュース」をお届けします。

発行 特定非営利活動法人 山脈 理事長 笹澤 繁男

住所：〒370-3604 群馬県北群馬郡吉岡町大字南下 983-2(みやま工房内)

電話：0279-54-2947 FAX：0279-54-9171

E-mail：rep@npo-vamanami.jp

URL：<http://www.npo-vamanami.jp/>

運営 就労継続支援B型事業所「みやま工房」

就労継続支援B型事業所「麦のゆめ」

多機能型事業所(就労継続支援A型・B型)「キッチンハウスみやま」

多機能型事業所(生活訓練・就労移行支援)「ワークハウスみやま」

グループホーム「ハーモニーやまなみ」1号・2号・3号・4号・5号・6号

(文責：笹澤賢一)

NPO
法人

山脈ニュース

2020.11

No.208

老朽化によるホームの廃止と新グループホームの建設

現在、当法人では6つのグループホームを運営し、障がい者の方々への地域生活支援を行ってきました。しかし、3号と5号については、建物が老朽化し、今後、長期に渡りグループホームとして使用する為には、大きな修繕費が掛かることがわかりました。

そこで、当法人では3号と5号を廃止し、新たに1棟のグループホームを建設します。当初、令和3年4月の開所を目指していましたが、建築確認等の手続きの関係により令和3年7月頃の開所予定となります。尚、今回の統廃合により計5棟となるグループホームについて、支援内容、入居者の対象、利用目的等を見直し、グループホームの再編を行います。その為、一部の入居者の方々にはグループホームや居室の移動をお願いすることになります。移動をお願いする入居者の方には丁寧な説明を行います。入居者、ご家族、関係者の方々には多大なご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願い致します。

令和3年度グループホーム「ハーモニーやまなみ」の再編について

1. 3号(定員4名)、5号(定員6名)は令和3年7月(予定)を目的に廃止します。
2. 新しいホーム1棟(定員7名)を令和3年7月(予定)に開設します。
場所：北群馬郡吉岡町南下川子 1082-1 ※ハーモニーやまなみ6号の北側
3. ハーモニーやまなみは、令和3年7月(予定)、5ホーム、定員33名で新たに運営します。

- | | | | |
|------|-----------|------|------|
| 1号 | アパートタイプ | 定員6名 | 男女可 |
| 2号 | シェアハウスタイプ | 定員7名 | 男性専用 |
| 4号 | シェアハウスタイプ | 定員6名 | 女性専用 |
| 6号 | アパートタイプ | 定員7名 | 男女可 |
| 新ホーム | シェアハウスタイプ | 定員7名 | 男女可 |



新ホームのイメージプラン



First Floor Plan
→1階→

Second Floor Plan
→2階→



特定非営利活動法人山脈
当事者活動グループ 「ホープ・オブ・ハート」



幻聴・妄想体験を語る会

9月26日(土)、当法人の当事者活動グループ「ホープ・オブ・ハート」が企画した「幻聴・妄想体験を語る会」が開催されました。当日は、4名の当事者の方、7名の法人スタッフが集まりました。

10時30分を過ぎ、今回の会場の「キッチンハウスみやま」の多目的室に参加者が集まりました。「ホープ・オブ・ハート」としてイベントを開催するのは久しぶりです。また、参加するのが初めての方が大半でしたので、「これからどんなことが始まるのだろうか？」という雰囲気が出ていて皆さん少し緊張した様子でした。開始予定の11時になり皆さんが席に着いたところでスタートしました。

まず開催するにあたり、最初にスタッフよりこの会の趣旨とルールの説明がありました。このルールは参加者が安心して話せる場を作るためにとても重要な物です。

「ホープ・オブ・ハート」の3つのルール

1. この会で聴いた話は、口外しません。
2. お互いに非難、批判、否定はしてはいけません
3. 勇気をもって貴重な体験を話してくれた人に拍手をしましょう



次に、緊張した参加者の心をほぐすアイスブレイクを行います。「ホープ・オブ・ハート」のミーティング等では必ず行うルーティンです。当日だされた「お題」について、参加者全員が順番に答えていきます。声を発することで緊張感がほぐれます。また、初対面の方もいますので自己紹介にもなります。

この日のお題は、「名前」、「今の気分・体調」、「好きな音楽」でした。

アイスブレイクで参加者の緊張も少しほぐれたところでいよいよ「幻聴・妄想体験を語る会」が始まりました。

最初は、今日の進行役を務めてくれるTさんが幻聴の特徴や妄想の種類などについてホワイトボードを使って解説してくれました。Tさんは以前から「ホープ・オブ・ハート」に参加していて、ご自身の病気についてかなり勉強もされています。ここで、幻聴や妄想についてご自身の体験も交えながら、とてもわかりやすく話をしてくれました。

Tさん以外の3人の当事者の方は今回が初めて参加ですが、Tさんが上手に進行し、話をその3人に振ってくれます。3人の方も緊張が解けたようで、ご自身の体験を話してくれました。幻聴だけでなく幻視も経験されとこと、病気になったきっかけや病院に入院した時のことなど、貴重な話をされました。

病気の体験をご自身の中で消化されている方は少しシュモアも交えて話され、笑いを誘ったりする場面もありました。一方で、壮絶な経験を初めて語られた方の話を聞き終えた後、みんなすぐに言葉が出てこなくて、一瞬沈黙する場面もありました。だけど、その沈黙の後、温かな拍手が沸き起こり、話をされた方が安心して笑顔になったのが印象的でした。本当に皆さん勇気を出して話をされました。

お昼休みを挟み、話題も幻聴や妄想だけでなく、いろいろな話題に発展しました。スタッフからも入院時や薬のこと、調子が悪い時はどんな風に接して欲しいかなどの質問もあり、当事者の方からそれぞれの想いや考えを聞くことができました。

今回は、久々に開催されたこうした会でしたが、最後はTさんから少し話が濃くて疲れちゃったなんて感想が出るくらい充実した会になりました。次回は、もっと多くの方にも参加して欲しいと思います。



「幻聴・妄想体験を語る会」
参加者の声をお聞き下さい



- 世間はコロナ禍の中、「幻聴・妄想体験を語る会」は無事に開催されました。今回は当事者4名、スタッフ7名の参加で行われ白熱した会でした。みんな勇気を奮って自分の辛く苦しかった体験を語り合いました。とてもショッキングですさまじい内容でした。3時間にも及ぶ会で、参加したみんな心の重荷を下ろすことができました。(T)
- 幻聴、妄想、トラウマなど、自分以外の当事者さんのお話が聴けて、自分だけではないと、励まされました。(T)
- こういった機会は初めてで少しワクワクしていました。参加させて頂いて他の人の意見を聴けて、今後の参考にしたいと思います。ただ、もう少し人数を増やして欲しいです。もっといろいろな人の話を聴けたらなと思っています。話をさせて頂いてありがとうございます。(S)
- 自分には経験した事のない他の人の幻聴や妄想の経験の話を聴けて良かった。また機会があれば次回も参加したいです。(T)
- 長年、スタッフとして当事者活動にかかわらせてもらっているが、新しく気づかされる内容などが聴けたので良かった。(Y)
- 初めての体験でとても勉強になりました。同じ人として分かち合えたらと思いました。また、機会がありましたらよろしく願います。(N)
- いつも接しているメンバーさんですが、改めて色々な体験をしてきて今があるんだなぁと驚きました。理想を持つことはいいいことです。次回は、夢、理想、なりたい自分を語る会ってのはどうですか？また、ホープ・オブ・ハートで語り合いませんか？(R)
- 生の声で実体験としてお話を聞いて新しい知識や気づかされたことが多く勉強になりました。(I)
- 幻聴、妄想って具体的にどんなものなんだろう？と思っていましたが参加された経験者の方々の話が聴けてとても勉強になりました。妄想にもたくさんの種類があることにとても驚きました。次の機会があった際にはまた参加したいと思います。(M)
- 幻聴、幻覚について当事者の方々のお話が聴けたことはとても貴重であり勉強になりました。病名を聞かされた時「なるほどな、だからそうだったんだ」と自分の病気に向き合えた時のお話や幻聴や幻覚が見えた時に支援者にどう声をかけてもらいたか？というお話はとても印象に残っており、今後活かしていきたいと思いました。(H)

あなたも「ホープ・オブ・ハート」に参加してみませんか？

こころの病気について、何でも話せる友達や仲間が欲しい方、病気と上手につき合い毎日を楽しんで元気に過ごしたいと思っている方、そんなあなたを「ホープ・オブ・ハート」はお待ちしています。

今後の「ホープ・オブ・ハート」の活動目標

- ・ご自身に病気に向き合い上手な付き合い方などを話し合うピアミーティング
- ・趣味作りや仲間作りを応援するレクリエーション活動
- ・病気のことや体験を発表する語り部活動
- ・ご自身の体験を活かし、同じ病気に悩む人の相談・支援をするピアサポーター活動
- ・「ホープ・オブ・ハート」の活動を伝える会報誌の発行

興味のある方はこちらへ 妻のゆめ 当事者活動担当スタッフ 飯野 TEL0279-25-8866