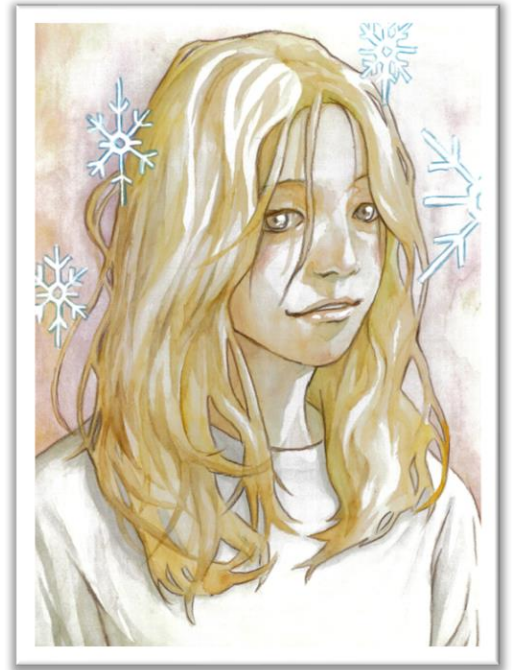


恵友会ニュース



題名：夕日 作：片岡 卓



題名：スノードロップ
作：菅沼 弘高



題名：クリスマス 作：れみい



題名：クリスマスパーティーに
サンタクロースがやって来た！
作：アムロ・レイ

- 2P…サザン・ワーク活動報告
- 3P…やすらぎ活動報告
- 4P…ギッフェリ活動報告
- 5P…ほっとスペース関内の自主製品紹介
- 6P…未来へのバトン
- 7P…育児休業取得男性職員の体験記
- 8P…巻末コラム

～サザン・ワーク 活動報告～

菓子工房 southern work



コロナ禍で出張販売が出来ない事が多くなり、打開策として始めた直接販売…。その後1年を経て、赤いオーニング設置やデザイナーmow氏によるロゴ看板もでき、可愛い店舗が完成しました。



菓子工房内では、職員と利用者の皆さんが日々支え合いながら一丸となり、楽しみながら充実した時間を過ごしています。11月より、工房も店舗もユニフォームをお洒落にリニューアルしました。

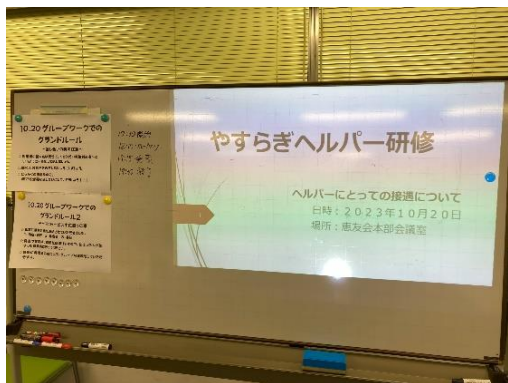


サザン・ワークの焼き菓子は発酵バターを100%使っています。
深みのある風味やコク、なによりも芳醇な香りが口から鼻に通り抜けるのを感じて頂きたいです。
可愛くなった店舗では、平日16時まで美味しい焼き菓子を購入できますので、御来店お待ちしております。
納品も行なっています。その際はお電話にて相談の上ご注文を宜しく申し上げます。
Instagram始めましたので、【サザン・ワーク】で検索！是非とも【いいね！&フォロー】お願いします。

～やすらぎ活動報告～

2023年10月20日(金)ヘルパー定例会

2023年10月20日(金)、今年度3回目のヘルパー定例会を行いました。内容は、はじめにコンプライアンスと接遇についての講義をし、後半は「ヘルパー情報交換会」という事でグループワークを行いました。はじめの講義では、実際の事案に基づき、利用者に特定の商品の販売やあっせんをしない事や、宗教活動、営利活動をしない事を改めて注意・確認し、またヘルパーにとっての接遇の大切さについても改めて確認をしました。



続いてのグループワークでは参加者を4つのグループに分け、テーマを「サービスで最近困っている事」として意見交換をしました。今回はある程度グループワークを構造化し、全員が発言できるよう役割分担を決め、一人3分間と時間を区切り各自発言を行いました。そして最後にグループごとに意見をまとめ発表しました。



今回は特に何か答えや結論を導き出すようなグループワークではありませんでしたが、参加したヘルパーからは「こういう事がやりたかったんだ」と好意的な意見が聞かれました。

これからも定例会という場を使い、普段なかなか交流の持てないヘルパーさん同士が意見交換し、相談し合える機会を積極的に作っていかうと思いました。次回は来年2月に開催予定です。





ギョッフェリ活動報告 ～ポレポレまつり2023～



コロナ禍によってしばらく閉ざされていたポレポレ祭りも、復活してから2回目の開催となりました！

今年も天気に恵まれお祭りは大盛況で、沢山のメンバーさんと恵友会各所の職員、ボランティアの皆さまのご協力をいただき大成功となりました。



今回は、売上金額こそ前年度を超えることはできませんでしたが、販売個数としては過去最多 540 個のパンを売り上げました。

普段は販売には出向かないメンバーさんが現場に向かい、大きな声でお客さんを呼び込んでいる姿を見て、普段からは想像出来ない姿でとても新鮮でした！

最後に、今回ご協力いただきました関係各所の皆さまに厚く御礼申し上げます。



ほっとスペース関内の自主製品紹介



ほっとスペース関内では日々、暮らしに役立つ商品や、ほっこり癒される商品を開発、販売しています。作製するにあたり、メンバーさん主体で行なえるよう職員は必要に応じて声を掛けながら、各々が持つ力が引き出せるよう見守っています。ほんの一部ではありますが、紹介させていただきます♡

まずは、大人気過ぎて作り手が追い付かない受注生産中の猫ブローチです。(写真①)後ろ側はコサージュピンではなくマグネットのご要望にもお応えできます♡一針一針丁寧に刺繍をしています。本当にすぐに売れてしまうんですよー！お値段：800円也

鯖トラにしたいとか目の色を変えたいとかのご要望もOKです♡

右の写真は黒ネコちゃんを作製中の物になります♡(写真②)

出来上がりが楽しみです。超レアなので受注生産が終わったら見本をひとつ作ってもらおうと思います♡



次はハブラシスタンドです。(写真③)可愛くデコパージュをしていて、とってもほっこりします♡こちらも沢山の種類があるんですよ！お値段：250円也

中区役所にあるナカナ・カフェでも売れ筋の商品となっています是非、実物をご覧になっていただければと思います♡



最後のご紹介はアクリルタワシのクリスマスバージョンです(写真④)♡♡♡お値段：350円也11月に入ると、クリスマスの商品を作り始める時期だになって意識するようになります♡ワクワクこんなにも沢山の商品がある事をきっと皆さんはご存じないかと思いますが♡

是非お立ち寄りいただき、ほっとスペース関内の底力をご覧いただければと思います♡♡♡

未来へのバトン 第九回

「患友会のルーツは何処に」

前事務局長 大木 克之



8月末に退職しました大木です。

それまで5年ほど事務局で、事務局長補佐、事務局次長、事務局長と職名は変遷しましたが、法人の運営基盤に関する仕事に携わっていました。

そんな中で、思い出したことがあります。

障害者自立支援法施行前夜のこと

私は、患友会に来る前は横浜市役所職員でしたが、平成十六年に衛生局精神福祉課に配属になりました。福祉関係の知識は全くありませんでしたので戸惑うことばかりでしたが、そのときの上司（精神保健福祉課長）が勝澤理事であり、仕事を一緒にさせていただき、いろいろ助けていただきました。

2年後の平成十八年には障害者自立支援法が施行される予定であり、障害程度区分（その後の障害支援区分）の認定調査やサービス提供事業所の指定手続きなどが新たに設けられることになり、その準備に追われる毎日でした。

身体障害者、知的障害者が利用するサービスにはそれ以前から支援費制度がありましたが、障害者自立支援法により、精神障害を含め、それまで障害種別ごとに異なる法律

に基づいて提供されてきた福祉サービス、公費負担医療等が共通の制度のもとで一元的に提供される仕組みに変わることになりました。

厚生労働省は、全国主管課長会議を繰り返し開催し、制度変更に関わる様々な説明が行われました。その場には全国の市町村から担当部署職員が出席するほか、各団体の傍聴者が多数参加して国の動向に耳を傾けていました。私も出席者の一人として、説明の一言一句を聞き漏らさないようにと必死でした。

そして、主管課長会議資料を持ち帰り、精神の団体のみなさんを対象に説明会を開催し、主管課長会議で説明された内容を正確に伝えることに腐心していました。

法改正により3障害が一体となるとはいえ、特に精神の団体の方々にとって新制度への移行は大きなハードルであったと思います。

新制度移行のためにはサービス提供事業所は法人格が必要になりましたので、多くの団体がNPO法人格の申請に奔走することになりました。そんな中で、市精連と患友会が先陣を切って新制度移行に取り組んでくれ、精神のグループホーム・作業所の大部分が平成一八年十月の制度移行に間に合うことができました。患友会の先見性が発揮された瞬間でもあり、その影響力も大きかったです。

これから将来に向けて

あの頃の患友会と比べ、今の患友会には元気が足りない気がします。

制度のない時代にあって、患友会をはじめ多くの団体は少しでもサービスの拡大を図ろうと知恵を絞り、既存サー

ビスの狭間にあるニースを拾い、何とか形にしようと汗をかいていました。

「患友会のルーツ」はそういうところにあるのだと感づいていますが、その頃の気概が今はそれほど感じられなくなっ

てしまいました。
患友会の職員のみなさんには、今一度「患友会のルーツ」とは何かを考えてほしいと思います。
そこから患友会の新たな活力を生み出してくれることを期待しています。

元気ですかー

元気があれば何でもできる

これは、今は亡き「燃える闘魂」アントニオ猪木さんの言葉です。そして、引退試合で披露した「道」という詩は、猪木さんの生き様のとおり重みのある言葉で綴られています。

道

この道を行けばどうなるものか

危ぶむなかれ

危ぶめば道はなし

踏み出せば

その一歩が道となる

その一歩が道となる

迷わずに行けよ

行けばわかるさ

この詩のように、患友会が行く末を恐れることなく歩んでいくことを願ってやみません。

患友会で初めて男性職員が育児休業を取得しました。その体験記をご紹介します。



C.N

育児休業を取得して

栄区生活支援センター 丸山 晃司

令和4年4月に娘が生まれ、6月から約1ヶ月育児休業を取得させていただきました。法人の男性職員では前例がなく、私が初めての男性育児休業取得となったようです。コロナ禍にあって妻の出産にも立ち会えず、しばらく面会もできませんでした。里帰り出産でしたので妻の実家の秋田県に迎えに行きしばらく過ごし、横浜に戻ってきました。

仕事から離れ、ほっとできるひと時が過ごせるのではないかと少し甘い考えでした。極端な言い方かもしれませんが、育児は本当に24時間休み無しということを感じました。夜から朝にかけても約3時間おきに授乳、おむつ替え等休む暇がありません。それに加え掃除、洗濯、食事の用意等々…。

私も娘の沐浴や授乳、おむつ替え等をしました。不器用なのでおむつ替えひとつにしてもテープの位置がずれたり、よく動くのでやり直したり等色々苦戦しました。自分はこれぐらいでいいじゃないかなと思うようなことも妻から見れば違っていると思うようなこともありました。私が育児に参加すること自体が却って妻にとって負担になるのでは、仕事に行けば妻にも余計な負担がかからないのでは、とも考えました。そのような中、子供の姿一つひとつに本当に癒されました。職場の皆さんの協力を頂き休業を取得できましたことは本当に感謝です。

おかげさまで娘もすくすく成長し、今ではよちよち歩きができるようになりました。この休業を通して、改めて男性の育児休業は必須であり、ある程度の期間は確保される必要があると感じました。昨年今年と改正育休法が施行され、男性の育休取得のための環境整備が少しずつ進められています。その一方で職場の状況は各々異なり、容易に取得することが難しい状況もあるかと思えます。育児という二度とない貴重な家族の時間を、今後すべての男性職員が気兼ねなく取得できることを望みます。



C.N

育児休業中(生後0~2か月)の体験談

南区生活支援センター 高本 淳

私が育児休業取得することになった大きなきっかけになったのが、嫁のお腹の中に2つの命が宿っていたからです。昨年11月22日、私にそっくりな待望の一卵性双生児の長女・次女が無事生まれました。少し小さく生まれてきたので、NICU(新生児集中治療室)に数日いましたが、12月初めに嫁と双子一緒に退院することとなりました。

退院するタイミングで、1月末までの2か月間育児休業を取得して、私の子育てが始まりました。3時間毎にミルクをあげて、おむつを替えます。双子のどちらかが泣いてしまったらもう1人も泣いてしまうので、あやすのも大変でした。1日の中で、双子共に寝てくれる時間が、私と嫁の唯一の休み時間でした。夜中も起きてミルクをあげるの、慢性的な寝不足なのが一番つらかったです。自宅にいる時間がほとんどでしたが、どうしても必要な物を買って物へ出かけないといけません。2人が寝ているタイミングを見てどちらかが出かけますが、2人共起きて泣いてしまったら、もう大変です。ミルクの時間ならお腹が空いたと分かるのですが、理由が分からないこともあります。そしたら私1人で双子をあやすしかありません。その時は、嫁に帰ってきてもらい、一緒にあやしましたが…。それでもベッドで泣いている時の動きが、歌舞伎役者の様な動きを双子同時にしていて可愛かったり、寝顔がとても素敵だったり、楽しい場面もたくさんありました。

皆さんがご覧になる頃は、双子は1歳になっている事でしょう。自分の意思がはっきりしてきて、親に抱っこを求めたり、ハイハイして追いかけていたりしています。家族4人で楽しく過ごしています。

◆令和5年度 理事会／評議員会開催状況

- ・第1回理事会 令和5年6月8日
- ・定時評議員会 令和5年6月23日
- ・第2回理事会 令和5年6月23日
- ・第3回理事会 令和5年9月15日

◆ご寄付

- ・平井岳哉 様
- ・O. K 様
- ・池邊敏子 様

◎心より感謝申し上げます。恵友会が行う精神障害者支援活動のために有効に活用させていただきます。

Column⑬



やすらぎ 石井 龍

はじめまして！昨年の11月から居宅介護事業所やすらぎにサ責として入職しました石井です。事務所近くの横浜中央病院で産湯に浸かり、生まれも育ちも中区。馴染んだ地元で働ける事を嬉しく思っております。前職は有料老人ホームで働いてまして、かれこれ10年以上高齢者介護一筋でやってきました。この度、精神障害者の居宅介護という事で初めての経験ではありますが、新たなチャレンジとしてとても新鮮な日々を送っています。もう入職してあっと言う間に1年が経ちましたが、実際に居宅のサービス現場に回ったり、事務所で電話対応や事務作業をしていたりと、行ったり来たりでそんな感じの日々を送っております。お昼時はやすらぎにいる事が多いので、近くに来られた際などは是非お立ち寄り頂き、一声かけて頂けると嬉しいです。

さて、ここからは恐縮ですが、新職員のコラムの例にならい、趣味の事をちょっとだけお話させていただきます。最近では休みの時などゲームをしたり YouTube を見たりと現代っ子的インドア生活を送っている事が多い私ですが、そんな私でも買い物以外で欠かさず外に出る機会があります。それはドライブです。父の実家が自動車整備工場を営んでいた事もあり、父も車好きで普段から車で出かける事が多く、私も小さい頃から車が好きでミニカーで畳の縁を道路に見立てて「ブーン」と遊んでいたりと、ナイトライダーを見ては興奮し過ぎてベッドから落ちて額を何針か縫ったり、そんな幼少期でした。それは大人になっても大して変わっていないのか、某峠走り屋漫画的マニュアル車で自分なりのスタイルを目指すべく車をカスタムしたりして楽しんでいます。そんな訳で毎週ドライブすべく洗車は欠かしません。先日は富士スピードウェイで開かれた FUJI 86/BRZ Style というファンイベントに参加してきました。7000人近くのファン、日本全国から2000台以上同系統の車が集まるんですよ！ファンにとって楽しく無い訳が無い！つついショップブースではお財布の紐が緩んでしまいました。走り屋っぽい私ですが、決してそう言う訳では無く、例えば高速道路では一番左車線でゆったり流して、より時間をかけてドライブを楽しみたいタイプです。何事も無事故無違反、安全第一で行きたいですね。そんな性格な私ですが、これからもどうぞよろしくお願いいたします。

【編集後記】「左脳さん、右脳さん。」(ネドじゅん著)という本がある。マインドフルネスと脳科学を合わせ発展させた、ポップだがとても深遠な内容の本だ。その本では、現代は左脳優位の社会で、それゆえ現代人は常に頭の中に自動思考が駆け巡り、自家中毒のように自らにストレスを与え続けていると言う。そして自動思考に気づき止めることで右脳優位となり、「今、ここ」に在ることで真の心の平安がもたらされるのだと言う。思えば精神疾患の方が被害妄想やネガティブな反芻思考を止められないのも、こうした自動思考の暴走なのかと思う。そして自動思考に気づき止めることが精神疾患ひいては全ての人の悩み苦しみを無くすことにつながるのでは？「これだ！」と直観し、「今、ここ」というパワーワードと共に自らの自動思考を見つめる毎日であります。(関)

●発行元／社会福祉法人恵友会 ●理事長／坂口 育子 ●編集校正／広報委員会 委員長 関 直起
●法人事務局／〒231-0035 横浜市中区千歳町 1-10 Jビルディング 4F
TEL 045-253-3432 FAX 045-242-2503 ホームページ <https://keiyuukai.yokohama/>

◇2023年度 新採用職員 ・小林 直美 サザン・ワーク