KSKS メイプルハウス ニュース

社会福祉法人息吹
編集人　〒562-0001箕面市箕面3-9-19
TEL/FAX　072-721-9006
URL　http://www.ibuki-minoh.com/
NO.330
2023.12

二〇〇〇年十二月十二日　第三種郵便物承認　毎月（1・2・3・4・5・6・7・8の日）発行

いっさいの差別を許さないために話す、語る、伝える、分かち合う

みのお市民人権フォーラム

全体会
開催日時　（開場13：00）
2023年12月9日（土）
13：30～
会場　箕面市立
メイプルホール大ホール
（オンライン視聴同時開催）

分科会
※時間・開催場所は分科会によって異なります。
開催日　2023年12月10日（日）/16日（土）/17日（日）/23日（土）

特別分科会
2024年2月25日（日）
「箕面市人権宣言」30周年
「箕面市人権のまち条例」20周年

＊ オンライン視聴申込についてなど詳しくは パンフレット または みのお市民人権フォーラム実行委員会 事務局のホームページをご覧ください。

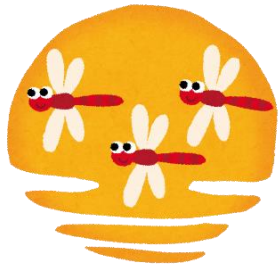
11月　息吹活動報告

4日(土)	ミーティング 【パオみのお】
9日(木) 10日(金)	2中職場体験受け入れ【シェスタ】
10日(金)	ミーティング 【シェスタ】
16日(木) 22日(水)	ハートパーク 【パオみのお】
17日(金)	ミーティング 【あっとほーむ】
23日(木)	みかん狩りレク 【パオみのお】

もみじの家の活動については「もみじの家だより」をご覧ください。

もみじだより

の家



●11月の活動報告

6日(月)	脳トレ	20日(月)	ボッチャ
7日(火)	映画鑑賞(WASABI)	21日(火)	もみじ菜園
8日(水)	調理実習(ネギ塩豚湯豆腐)	22日(水)	ハートパーク
9日(木)	地域清掃	24日(金)	文芸、アート
13日(月)	卓球	27日(月)	フリータイム
14日(火)	健康教室	28日(火)	健康教室(SST)
15日(水)	運動プログラム(稲スポーツセンター)	29日(水)	調理実習(高菜ジャコご飯)
16日(木)	紅葉ドライブ(箕面森町)	30日(木)	図書館散策
17日(金)	お菓子作り(ｱﾒﾘｶﾝﾄﾞｯｸ)		

11月2日(木)、10日(金)、21日(火)はミーティングを行いました。

●散歩、ドライブ

過ごしやすい季節となりましたね。もみじの家では徐々に外出の機会が増えており、近隣散策を楽しむ「散歩」や、利用者さんの希望を募って「ドライブ」など、プログラムとして企画して実施しています。 10月は唐池公園まで片道20分の散歩と公園散策や、エキスポシティへのドライブ。

11月には箕面森町まで紅葉狩りドライブに出かけました。冬に向かう肌寒い風に季節を感じながら、紅葉が始まった箕面の山々を間近に眺めて楽しみました。

(写真:森町中央公園からの景色・唐池公園噴水を眺めながら散歩)

ご不明な点は、もみじの家(072－721－9006)までお尋ねください

パオみのおニュース

この1年間で、新型コロナウイルス感染防止の規制が緩和され、以前の日常生活が少しずつ戻ってきた年となりました。ここ数年とはひと味違う年末年始を過ごす人もいるかもしれませんね。冬は日照時間が短くなり、心や体のバランスが不安定になることもあります。体調管理に気をつけて、良い新年を迎えましょう。

♫ ぷち★クリスマス会 ♫

★ 自分でトッピング(*^-^*)オリジナルのミニケーキ ★

◆ 日程 ・・・ 12月20日(水) 15:30頃～

◆ 場所 ・・・ パオみのお調理室

◆ 材料費 ・・200円

◆ 申込締め切り ・・12月18日(月)15時まで

★ 簡単なゲームを企画しています。景品もありますよ ★

＜パオサロン開所時間＞

● 平日 9時～17時30分まで

● 土・祝日 9時～13時45分まで

お問合せ 072-726-7800
(パオみのお)

・年末は12月28日(木)まで。

・年始は1月4日(木)から開所します。

その他のお知らせ

・次回パオミーティングは、12月2日(土)10:30 からサロンで行います。

・2024年1月のミーティングは6日(土)に行います。

シェスタの職場体験感想

とても緊張しましたが、すごく優しく、わかりやすいように教えてくださり、安心しました。
仕事中の空気感も静かで集中しやすく、和やかな時もあり、とても居心地が良かったです。
二日間本当にありがとうございました。 Y.I.

最初は、不安がとてもありました、しかしお菓子作りの日は、一つ一つていねいに、せつめいしてくださってトラブルがなくきじを作ることができました。
商品を売に行った時には、わかりやすく指示をだしていただいてたすかりました。
少し大変なさぎょうでは、みなさんのざつだんを聞いて笑いながら、さぎょうを進めることができました 2日間とても楽しかったです。M.D

もみじの家職場体験感想

最初に来たときは、とても緊張してぼーっと立っていることが多かったけど、もみじの家のみなさまがとても優しく接してくださったので、とても居心地が良かったです。そのおかげで積極的に仕事に取り組むことができました。もみじの家の方々はとてもフレンドリーで、分かりやすくていねいに教えてくれるのですぐに理解することができました。この貴重な経験は中学校生活の中でも特に印象に残る思い出になると思います。２日間本当にお世話になりました。ありがとうございました。 D.M

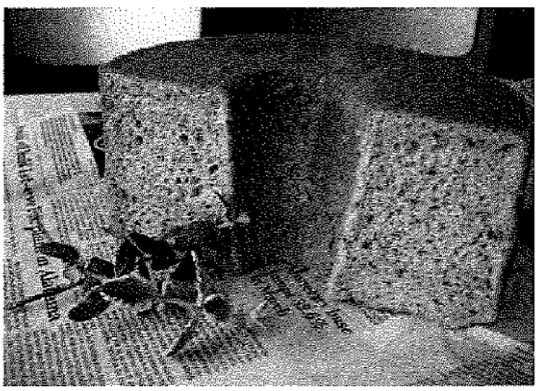
皆さん優しくてとても過ごしやすかったです。いろんな仕事を体験させていただいていい職場体験になりました。もみじの家のみなさんありがとうございました。仕事を分かりやすく丁寧に教えてもらえてとっても楽しかったです。分からないこともすぐ教えていただいて、とてもありがたかったです。もみじの家の人には感謝してもしきれないくらいお世話になった２日間でした。また来て仕事をしたいと思いました。そのくらい楽しくて新鮮でした。また時間があったらお手伝いをしにいきます！本当にもみじの家の皆さん、ありがとうございました。 T.S

11/9.10 に箕面市立第二中学校 2 年生の生徒さんが来られ、地域との繋がりとしても有意義な時間になりました。

MERRY CHRISTMAS オーダーシート

申し込み者氏名	
お引取り日時	月　　日　　時ごろ
お引取り方法	来店　/　配達
配達の際、お客様以外の方が受け取られる場合にご記入ください	相手様氏名　　住所　　電話番号
お客様の連絡先	住所　　電話番号
その他、なにかありましたらこの欄へお書きください。	

お支払いは、当店又は、配達の際となります。配達できない地域もございますのでご確認ください。
また、すべて手作りでおこなっておりますので、ご注文後5日以降のお引取りとなります。よろしくお願いいたします。



シフォンケーキ

ふあふあ、しっとりしたやさしいケーキ。

種類:　ミルクティー
ココア・プレーン
バナナ

価格:
21cmホール　2600円
14cmホール　860円
カット　330円

21cmホール　10～12人分
15cmホール　4～6人分
※あくまで目安です。

締め切り12月12日

ご注文表

商品名	種類	数量	商品名	種類	数量

ご注文数量合計	個
ご注文合計金額	円

シェ2人 CAFE & CAKE

ご注文ありがとうございました。
定休日:土曜日・日曜日・祝祭日

大阪府箕面市瀬川2-5-14
Tel & fax　072-724-0110

魁 スポーツ推進振興クラブ

今年 一年ありがとうございます

Happy Holidays!

2023年も、幕を閉じようとしています。皆様いかがお過しでしょうか？

今年はコロナ禍から少し抜けた感はありますが、知り合いの内科医で、コロナとインフルエンザ同時感染した方がおられます。その後も咳の後遺症に悩まされているようです。皆様もご用心下さい。

さて、今月は、クリスマスと年末の行事など忙しくなりそうですが、皆様も日々の生活や仕事の中に何か楽しみを見つけて取り組めば何事もスムーズに継続して行けると思います。

個人的には、来年と再来年の中頃まで激動波乱の世の中になると感じています。今月は、クリスマスがありますが、天は自由意志を我々に与えてくれています。しかし、その自由意志で何もやらない人と、世の中を「ムチャクチャ」にしてしまう人がいるのが、今の三次元人間界のあり様です。私達平民は、声を上げて行く必要があります。しかし、私は周りをあきらかに眺めて、あきらめる事にしました。何故かと言いますと、私は30代、40代と活動家として、日本政府や対行政交渉も多くやって来たつもりです。東京にも何度も出向き、議員会館へ大阪の仲間を代表し、精神障害者として1日に1人で25人の議員に陳情に伺った事もありました。日比谷の野外音楽堂での集会にも何度も仲間と行き、「シュプレヒコール」を大声で叫びながら交通封鎖もしてデモ行進も行って来ました。そんな仲間との共働の結果、国連で採択された「障害者の権利条約」「障害者虐待防止法」「障害者差別解消法」の成立と、自立出来ない「障害者自立支援法」に反対し、抜本的な改革は出来ませんでしたが「障害者総合支援法」の成立にも尽力して来ました。この法では「地域住民の自発的な活動に予算を付ける」と書き込ませた事が私の先輩方の功績だと思っています。その後、幾度か小さな法の改正はありましたが、10年後の見直しも無理だと思っています。それは厚労省がこれらの法に私達がチェックしずらいように「小さな文字」で書かれている文言があるのを知っているからです。

私は、現在53歳、この場で正式に活動家を引退する事を宣言します。

あまり言いたくはないですが、この国に「政治家はいません！」「政治屋さん！」ばかりです。「日本政府と行政に何を言っても仕方がない！」と言うのが私の活動家としての最終結論です。

私は未来の若者たちに法制度として少しは良い物を遺せたと思っています。「未来は若者たちのためにある！」と言うのが私の活動の信念でした。次の世代、また次の世代と一人でも立ち上がる若者が出て来る事を願っております。

「夜明け前の空が一番暗い」とよく言います。今はその時で今後、私達には明るく開かれた未来が必ずやって来ます。この難局を皆様と乗り越え、明るい未来で共に笑って暮らせる日々を楽しみにしております。今年一年ありがとうございます。ご自愛下さい。

[文責：津田誠大(代表)]

こころの病気って何だろう　41

田中精神科医オフィス　　田中　千足

ICD-11に沿ってこころの病気をみていきましょう。

06　精神的、行動的、神経発達的障害群というのがこころの病気の総称です。こころの病気として扱うものは、精神症状があるもの、行動の異常としてあらわれるもの、神経系の発達過程の機能不全を反映したものからなるとしています。

この中で18の大分類があります。順々に見ていきましょう。専門的に詳しいものは、ネットを見ていただくと出てきます。きちんとした体系が知りたいよという方はそちらも参考にしてください。

1)　神経発達症群

特定の知的、運動、社会機能の獲得および実行に重大な困難を伴う発達期に生じる行動および認知機能障害がここにはいります。

ICD-10でのこころの病気は「精神と行動の障害」として規定されていましたが、ICD-11では神経発達的障害が新たに加えられました。そのことでも分かるようにICD-10でF7知的障害、F8心理的発達の障害、F9小児期及び青年期に通常発症する行動及び情緒の障害と大分類であったものが、ICD-11では全てまとめられしかも第1大分類として登場することになったのです。

(次号に続きます)

こころの会だより

今年も、あっという間に12月！年々、時間が早く過ぎていくように感じます。
これは【ジャネーの法則】といって、「生涯のある時期における時間の心理的長さは
年齢に反比例する」といわれています。生きてきた年数によって
一年の相対的な長さがどんどん小さくなることから、時間を早く感じるのだそうです。

人は未知の出来事を経験するときは、その感動が心に残り時間が長く感じますが、
経験を重ねて慣れてしまうと、あっという間に時が過ぎたように感じるのです。
子どもの頃は初めて体験することばかりで、毎日が新鮮で新しい出会いや発見が
あります。しかし、大人になるにしたがって、新しい経験をする機会が失われ･･･

たとえば50歳の人にとっての10年間は、5歳の人にとっての1年間にあたり、
5歳の人にとっての1日は、50歳の人にとっての10日にあたるそうですよ～(^o^)ノ
ではみなさま、来年もハッピーな年でありますように♡

★★☆　★★☆　★★☆

●11月の報告

11月27日　もみじの家･作業に参加

●12月の活動予定

もみじの家･作業に参加予定。
（「もみじの家プログラム予定表」を参照してください）

もみじの家プログラム予定表（12月）

二〇〇〇年一二月一二日　第三種郵便物承認　毎月（1・2・3・4・5・6・7・8の日）発行
関西障害者定期刊行協会　大阪市天王寺区真田山町二―二　定価五十円
発行人

12月	月	火	水	木	金	土	日
					1	2	3
午前					ミーティング		
午後					作業		
	4	5	6	7	8	9	10
午前	作業	作業	調理実習（エビチリソース）	作業	ミーティング		
午後	卓球（もみじの家）	映画鑑賞（天使にラブソングを）	作業	図書館散策	作業		
	11	12	13	14	15	16	17
午前	作業	作業	作業	作業	クリスマス忘年会		
午後	作業	健康教室	運動プログラム（稲スポーツセンター）	忘年会準備			
	18	19	20	21	22	23	24
午前	作業	ミーティング	調理実習（みそバター焼きうどん）	作業	作業		
午後	作業	作業	作業	ドライブ（昆陽池公園）	ボッチャ		
	25	26	27	28	29	30	31
午前	作業	作業	作業	作業	年末年始閉所	年末年始閉所	年末年始閉所
午後	フリータイム	もみじ体操	お菓子作り（大福）	大掃除			

息吹を応援！根っこの会

会員募集中　会費は息吹の運営費として使わせていただきます。

※詳細につきましては各事業所にお問い合わせ下さい。

生活介護事業所　もみじの家　〒562-0001　箕面市箕面3-9-19　TEL/FAX 072-721-9006
就労継続支援B型事業所　あっとほーむ　〒562-0026　箕面市外院3-7-35　TEL/FAX 072-730-6950
シェスタ　〒562-0045　箕面市瀬川2-5-14　TEL/FAX 072-724-0110
地域活動支援センター　パオみのお　〒562-0036　箕面市船場西1-11-35　TEL/FAX 072-726-7800