

家族会の紹介

福岡あけぼの会の設立には、しのめ福祉会をはじめとして、多くの家族の方々の努力と支援がありました。その努力と支援のおかげで今の福岡あけぼの会があります。

家族の皆さんがどのような思いでそれぞれの作業所を作ってくれたか。どれだけの思いが私たちに託されているのか。このことを私たちは常に肝に銘じておかねばなりません。

当事者が幸せであるためには、家族の方も幸せであらねばなりません。福岡あけぼの会は、家族の方々のよりどころとなるようにそれぞれの家族会の活動を支え、発展を支援していきます。

社会福祉法人福岡あけぼの会 理事長 宮本 政智

五筑会

平成元年、有志の呼びかけで家族会（五筑会）を結成。現在4市1町に支部を設置しています。胸一杯の不安や嘆きを気兼ねなくはき出せる場、支え合い学び合い、何があれば普通に暮らせるかを明らかにして地域への発信を続けています。

平成5年、圏域初の精神障害者共同作業所、みぎわ工房開所。

平成18年障害者自立支援法施工に伴い、就労継続支援B型事業所みぎわ工房開所。

平成19年10月社団法人日本精神保健福祉連盟会長より事業功労表彰。平成21年10月第57回精神保健福祉全国大会（秋田）にて事業功労団体厚生労働大臣表彰受賞。

五筑会も結成からまもなく30年を迎えようとしています。そのうち18年程前会長（現相談役）にご尽力を頂きましたが、平成28年3月で退任され、その後、後任（会長）が決まらない中、5人の女性世話人と48名の家族会会員から10名の賛助会員で頑張っております。

筑紫地域精神障害者家族会 五筑会

■毎月10日定例会、25日世話人会（相談） ■場所：みぎわ工房2F ■お問い合わせ：090-3884-9303 大瀬和子

しのめ福祉会

福岡市の家族を中心に周辺地域の家族も含めてしのめ福祉会が発足したのは昭和60年の事でした。2年後には家族が金品を持ち寄り、福岡市初の「しのめ共同作業所」を開設しました。利用者の支援のほか「みんなの集い」、バザー等精力的に活動を広げ、平成6年には福岡県初のグループホーム「若葉荘」を開所し、精神障害者施設の先駆けを果たすと自負しています。

平成18年自立支援法の施行により事業の運営は福岡あけぼの会に委ね、家族会の役割も終わったと閉鎖状態に陥っていました。しかし家族の想いや願いを実現する場を復活させようと3年前にしのめ福祉会は再開しました。30年前の会員さんが半数を占め、全体は少人数ではありますが真剣に家族の幸せを願って活動を続けています。

しのめ福祉会 代表 菅野康子

■毎月第3日曜日10：00～12：00 ■場所：しのめ1階 ■お問い合わせ：090-1083-2920 菅野康子

すずめのお宿・家族会

平成十五年十二月、大楠の児童相談所跡に、精神障害者支援センターが出来た。

「これで生きられる！」と思った。突然起こる子の大爆発を一人で抱えきれず苦しい時に、「光明」をみる思いだった。家族会も出来た。

似た苦しい体験を持つ家族同志。多くを語らずとも心が通う。毎月定例会で仲間と会うのが楽しみだ。愚痴も言い合う。研修会で、病気や社会資源の勉強も出来る。一人では声を上げられない事も仲間と連携して出来る。

先輩御家族や支援者の尊い無私の心、粘り強い努力の御陰で現在の会の幸せがある事を常に心にとめ、孤立して苦しむ当事者や家族の支えになれば…と思う。

すずめのお宿・家族会 代表 藤島 美生子

■定例会：毎月第四土曜日10:30～12:30 ■場所：心の春希望内 ■お問い合わせ：白石（福精連）092-292-0560

■会報：毎月一回月末発行「すずめのお宿便り」 ■テキスト：「みんなねっと」（全国精神保健福祉会連合会）

ヒューマン21

皆様、こんにちはヒューマン21です。私たちは、1999年にステップアップ共同作業所の運営主体としてスタートすることになり、21世紀型のユニークな作業所を目指していこうという事で「ヒューマン21」と名付けました。ヒューマン21の目的とするところは、「共助・共生」をテーマとして活動しております。ステップアップは、2005年に福岡あけぼの会に運営を移管しました。現在は、毎月第4土曜の13時～15時家族の皆さんと集まって勉強会を開いております。内容は、研修会の話や服薬の話等、家族の話などそれぞれの体験をもとに、孤立から脱出する一歩となるように精神障害者たちの幸せや生きがいを求めて活動しております。

ヒューマン21 代表 一木 猛

■毎月第4土曜の13：00～15：00 ■場所：トライアングル ■お問い合わせ：トライアングル中島まで

秋といえば、アートの秋

皆さんこんにちは！サンサンはかたでは、毎週金曜日の午後1時～3時にアートのサークルをしています。各々が描きたいもの、作りたいものを和気あいあいと楽しみながら制作しています。

最近の活動内容は、ぬり絵、油絵、折り紙、季節の壁紙作りをしています。

季節の壁紙は、季節ごとに折り紙や、切り絵、貼り絵などを合わせて作っています。

今回載せている写真は秋の作品の制作風景です。完成作品は、今月号の最終ページの『ともに明日へ』に写真を載せていますので、是非ご覧下さい♪



秋といえば
勿論食欲の秋です。

色々な食べ物、特にスイーツが声をかけてきます。その中でもケーキ屋のショーウィンドウの中でイチゴやチョコ、チーズケーキを押し

のけて私の目に飛び込んでくるのがモンブラン！今は栗以外(南瓜等)のもあるようですが、出来れば栗がいいな。頂きに栗が輝いてるモンブラン、最高です！（須佐）

さまざまな秋♪

みらいからは、**「成人の秋」**

今年の秋に20歳になるのでお酒とか飲めるようになったり、自分の行動にもっと責任をもてるようになる、そんな秋。

「読書の秋」

読む本がたまっているのだからたまっている本を全部読み切りたいです。

「新商品開発の秋」

今年の秋は定番商品になるような新商品の開発をしたいです。

「スポーツ・スイーツの秋」

リオ五輪でスポーツがとても賑わっています。菓子工房内でもスポーツに負けじと新商品の開発へ向けて頑張っています。

連載
コラム
第1回

それでも歩こう

「福岡あけぼの会便り」がリニューアルして、1年。ページ数は減りましたが、情報量は増え、カラーで写真もお楽しみいただけるようになりました。ただ、1面の施設長の連載がなくなったことは、お詫びいたします。予定表は、簡単ですが掲載していますので、ご参考にしていただき、詳しくは法人ホームページや各事業所に直接お問い合わせ頂きますと幸いです。どうぞご理解のほどお願い申し上げます。

今号より、コラムを連載することになりました。以前1面にあった施設長の連載や、職員が日常感じたことなど、ざっくばらんに、時には真面目に書いていけたらと思います。記載者は毎回変える予定です。どうぞよろしくお願ひいたします。

さて、皆さんはネットでどんなものを見ますか？私は主に、話題のニュースや色々な著名人のコラム等を見ている。参考になることや、逆にそうかな？と思うこともあります。じっくり読みたい記事は「いいね」や「シェア」をして後でゆっくり読むこともあります。

その中で見つけた、とても心に響いたブログを紹介させていただきます。書道家・武田双雲さんの公式ブログ「書の力」2016年8月1日の記事、「嫉妬するし落ち込むよね」です。武田さんは日々の出来事や「よりよく生きる知恵」などをテーマに武田さんの想いを綴られています。親や身近な人からのアドバイスは、時に素直

に聞けませんが、ネットで知る第三者である人から教わる生き方や考え方のヒントは、なぜか素直に心を寄せられます。今回の掲載にあたり、武田双雲事務所を経由し、武田双雲さんご本人に承諾を得ました。武田双雲さん、関係者の皆様、本当にありがとうございました。（事務局 前嶋弥希子）

人は

自由にはばたく鳥を見て嫉妬することがある。明るくて無邪気な赤ちゃんを見て落ち込むことがある。

また、他人からの善意でも人は傷つくことがある。

つまり

人を傷つけずに生きることは、雨にあたらずに歩くようなものだ。

気をつけながらも諦めなければならない。

双雲@それでも歩こう

（引用）書道家・武田双雲公式ブログ <http://ameblo.jp/souun/>



○○の秋 特集!

～皆さんはこの秋、何をしていますか?～

Let's Autumn～**食欲の秋**のおすすめ新商品～
皆さんいかがお過ごしでしょうか。オリンピックに沸いた夏も終わりあつという間に秋がやってきました。毎年のことながら季節の移り変わりは早いものです。

さて秋と言えば「スポーツの秋」「芸術の秋」「実りの秋」...などありますが多くの人が感じるのは「食欲の秋」ではないでしょうか。どうしても食欲が低下しがちな暑い夏と比べて涼しくなる秋はついうっかりたくさん食べたくてしまうものですが時にはゆっくり味わってみてはいかがでしょうか。

そこで今回紹介するのは、ステップアップ菓子部門の新商品『フロランタン』。バター・卵を主体としたサクサク感のある生地の表面にのせられたごまの香りと秘伝の(?)フロランタンパウダーのまろやかな甘みが秋にふさわしい豊かな味わいを引き出すフランス由来のお菓子です。紅茶はもとより緑茶、抹茶にもよく合います。お目にかかる機会がございましたら是非ご賞味下さい。

フロランタン 定価120円(2個入り)



ステップアップ
男性スタッフ西川さん
おすすめ♪

散策のおともに♪

しのめ利用者の方や職員がよく買いに行っている「やきたて ジャンケンぱん」。アップルパイの看板が目印です。アップルパイはもちろんクロワッサンやベーグル、ピザなどどれもとてもおいしいです。近くを通った時は是非立ち寄ってみてください。昼過ぎには「今日は完売しました」の札がよくかかっているからお越しの際はお早めに!

しのめスタッフ
谷口さんおすすめ



やきたて ジャンケンぱん
〒814-0101
福岡市城南区荒江1丁目23-29
レジデンスあや1F
TEL 092-847-6011
(お電話にてご予約も承ります。)



○○の秋ランキング

「○○の秋」といえばなにを思いつきますか? 希望ではみなさんにアンケートをとりお聞きしました。

ランキング形式でご紹介します!

- 第1位「食欲の秋」旬な果物がたくさん、新発売のスイーツがたくさんあるから
- 第2位「運動の秋」身体を動かすにはぴったりの季節!
- 第3位「芸術の秋」紅葉の美しい季節!

その他、手芸、映画、勉強などなどいろいろな「○○の秋」が集まりました☆

いかがでしょうか? 第1位は「食欲の秋」という結果でした。

おいしいものを食べつつ、趣味に没頭したりする季節にしていきたいですね♪

希望では、秋にちなんだイベントが盛りだくさんあります!

いっしょに充実した秋にしていきましょう!(^^)!



福岡あけぼの会後援会コーナー

〒815-0082
福岡市南区大楠1丁目35-17
電話092(791)5858
Mail:kouenkai@f-akebonokai.jp

秋のバスハイイク

歴史とロマン・秋月
秋の味覚・柿狩りだ!
11月26日開催
今年の秋のバスハイイク(後援会主催)は11月26日(土)、歴史とロマンの町・秋月からフルーツの里・杷木への朝倉路。コースからは耳納連山の山並みや古処山麓の紅葉も楽しむ。秋満喫の旅です。



風情豊かな筑前の小倉。秋月
その家族、ボランティア

アイア、後援会員らが参加。楽しみながら交流を深めようというもので、地域活動支援センター「心の春希望」の協力で開催。
鎌倉前期、古処山麓に秋月種雄氏が築城。16代続いたが、九州征伐の秀吉に滅ぼされた後、黒田家が支藩として明治まで納めた。作家・葉室麟氏は著書「秋月記」で支藩としての苦悩や長崎から職工を呼び寄せ「めがね橋」をかける



ずっしりとあまい秋の味覚狩り
へ電話またはFa xを。

第5回王将位決定大会
王将位トロフィーは福岡保養院代表へ
第5回王将位決定大会(社会福祉法人福岡あけぼの会、後援会主催)は9月10日、「心の春希望」ギャラリーで開催。第5回王将位は福岡保養院代表・テイケア利用男性に決まり優勝トロフィーを獲得。敗者復活交流戦では「心

借切り、社会福祉法人福岡あけぼの会傘下施設通所者をはじめその家族、ボランティア
△11月26日スケジュール 午前10時半「心の春希望」集合 午前11時出発 秋月で昼食 約1時間休憩後、朝倉市杷木・宿葉園で甘くておいしい旬の柿狩りを楽しみ、帰着は午後4時予定。
◇参加申し込み◇11月10日(水)までに「心の春希望」



白熱した戦いの王将位決定大会
対戦者がことごとく敗れる姿に見守る見物者からため息も。

の春希望」スタッフ・木本征志さん(49)が初優勝しました。大会には、福岡あけぼの会傘下施設のほか病院や他福祉施設からの応募も含め、計31名が参加。
対戦は、計測時計付き持ち時間20分のトーナメント方式。参加者は慣れない時計の音を気にしながらも「本物の棋士」になったような試合で、緊張したが、楽しかった。試合の合間には一度に3人が審判長の日本将棋連盟アマ7段・下平雅之氏に挑戦する多面打ちコーナーも設けられ、対戦者が

事業所紹介

施設名	郵便番号	住所	電話番号	Mail
本部事務局	815-0082	福岡市南区大楠1丁目35-17	092-791-7472	honbu@f-akebonokai.jp
多機能型事業所	多機能型みらい☆	815-0052 福岡市南区大楠1丁目35-17	092-524-4121	mirai@f-akebonokai.jp
	多機能型ステップアップ☆	811-2314 糟屋郡粕屋町若宮1丁目1-18	092-938-9388	stepup@f-akebonokai.jp
	(従)トライアングル	811-2405 糟屋郡篠栗町大字篠栗4864-3	092-947-3173	triangle@f-akebonokai.jp
	ほのぼのHaKaTa	812-0041 福岡市博多区吉塚1丁目12-53	092-409-8318	hakata@f-akebonokai.jp
就労継続支援事業B型	(主)しのめ☆	814-0101 福岡市城南区荒江1丁目23-25	092-851-7528	shinonome@f-akebonokai.jp
	(従)しのめプラス	814-0104 福岡市城南区別府5丁目8-19	092-834-4336	shinonome@f-akebonokai.jp
	みぎわ工房☆	816-0943 大野城市白木原4丁目1-5-203	092-592-3942	migiwa@f-akebonokai.jp
地域活動支援センター	心の春希望(I型)	815-0082 福岡市南区大楠1丁目35-17	092-524-4153	kibou@f-akebonokai.jp
	サンサンはかた(I型)	812-0041 福岡市博多区吉塚3丁目21-27	092-409-2471	sansan@f-akebonokai.jp
	ステップアップ(III型)	811-2314 糟屋郡粕屋町若宮1丁目1-17	092-938-6702	stepup3@f-akebonokai.jp
相談支援センター	南区精神障がい者相談支援センター	815-0082 福岡市南区大楠1丁目35-17	092-791-5733	
	博多区精神障がい者相談支援センター	812-0041 福岡市博多区吉塚3丁目21-27	092-409-2478	
グループホーム	カレッタ	814-0033 福岡市早良区有田4丁目17-22	092-873-2578	caretta@f-akebonokai.jp
	はーとふる	811-2405 糟屋郡篠栗町大字篠栗3697-1	092-947-6805	heartfull@f-akebonokai.jp

☆相談支援事業所を併設

事業所通信



みぎわ 工房

八月某日。みぎわ工房内2階にて「みぎわバイキング」を開催しました。事業所内でのバイキングは初の試み。食堂名物「手作りカレー」を始め、お世話になっている事業所様のツテや諸々の情報をかき集め、意外にもお財布に優しいおなかいっぱいの食事会となりました。午後からは事業所内での「麻雀組」と行きつけ店への「カラオケ組」に分かれてそれぞれの時間を満喫しました。麻雀では、初心者にはベテランが指導しながらの協力プレイから、ベテラン同士のガチプレイまで、時間がいくらあっても足りないくらいの白熱ぶりでした。

カラオケはいつもより人数が少ないことで文字通り歌い放題。同行した実習生との良き思い出になりました。日中はまだまだ暑いですが、朝晩は肌寒い日もあるようです。お身体に充分気を付けて。食欲の秋、またみんなで食事を囲むことを楽しみにしています。



多機能型 ステップ アップ

今夏にオープンした『かすやこども館』でお菓子販売を始めました。『かすやこども館』は、児童館の機能と地域子育て支援センターの機能を併せ持つ施設です。そのため、2~3歳の児童やそのお母さん達がメインの客層なので、ローズショコラやマドレーヌなど、柔らかいお菓子が好評です。また、販売に参加するメンバーさん達もより一層優しい声掛けを行うなど可愛いお客様相手に接客方法を工夫されており、売り上げ金額も上昇中です。これからも、幅広い年齢層のファン獲得にがんばります！



ステップ Ⅲ型

~女子会 TSUTAYAIにて~
8月15日に志免町にある日本最大級のTSUTAYAIに併設されているオープンカフェでランチをしました！！
到着したとたん「おしゃれですてき〜！」とみんな感激(*^_^*)
美味しいランチを食べながら、お互いの病気の事・結婚の事など話し、あっという間に時間が過ぎていきました。



ほのぼの HaKaTa

●ほのぼのHaKaTa8月のイベント
【テーブルマナー】
今年「ハイアットリージェンシー福岡」のレストランでテーブルマナーを兼ねてのランチビュッフェでした。
みんな、できるだけオシャレをして、
特に女子メンバー達は、見違えるほどステキにおめかししての参加です。



きれいに盛り付ける工夫をしたり、仲間とおしゃべりを楽しんだり、一方では欲張って大量に取りすぎたり、緊張して食べ物を落としてしまったり、お皿ごと口に掻き込んでスタッフに注意されたり・



午前中の消防訓練でお腹がすぎ過ぎたのか、テーブルマナーそっちのけでガッツクメンバー続出で、なんとも個性なお食事風景でした。

トライ アングル

トライアングル日記
こんにちは、朝夕はだいぶ涼しくなって参りました。皆さんいかがお過ごしでしょうか？トライアングルでは、秋の日帰り旅行を企画しております。行先は山口県下関市唐戸市場や門司散策など楽しんで来ます。次回のコメント待っててくださいね。



多機能型 みらい

今年の夏もたくさんの夏祭りに参加させていただきました。毎年参加させていただいている大楠夏祭りの日は、朝からの大雨で一時は開催が危ぶまれましたが、なんとかぎりぎり雨が上がって参加することができました。みらいからは定番商品「からあげ」と、運試しの「くじ付きポップコーン」を販売しました。今年初めての出品となった「くじ付きポップコーン」は子供たちのハートをわづかみにしたようで、たくさんの子供たちが来店してくれました！



しのおめ

オーダーメイドの注文 承ります！

先日羊毛フェルトのオーダーメイドの注文をいただきました。お客様にも喜んでいただけたようでした。注文はメールもしくはFAXにて写真(できればいくつかの角度から撮ったもの)を送っていただいて、個数等は要相談とさせていただきます。興味のある方はお気軽にしのおめまでお尋ねください！



サンサン はかた

みんなが楽しみにしている昼食会、毎週木曜日に13時から行っています。メニューも豊富で、ヒレカツやおろしハンバーグ、焼き魚等、ありました。スタッフが腕によりをかけて、皆様のお腹を、美味しい料理で、満たします。参加費は200円です。サンサンはかたの昼食会、是非一度お越しください。



☆減薬ダイアログカフェ☆

精神科のお薬の減薬について一緒に考えましょう
精神科のお薬の多剤大量処方が大きな問題となっています。今回は東京の浅草で定期的に行っているワークショップを福岡で開催します。減薬体験者の事例を紹介し、メンタルの不調からの回復について「お薬を見直してみる」という視点から考えます。ワークショップでは参加者全員が対等な立場で対話し学びを共有します。いろいろな考え方や体験、感じ方を尊重する安心できる場所です。減薬を希望している方、すでに減薬を完了した方、医療・福祉の支援者やご家族の方も是非ご参加ください。

日時11月12日(土)12:30受付開始 ワークショップ13:00~16:30
会場 地域活動支援センター「心の春 希望」ギャラリー地域活動支援センター 定員25名
参加費 400円
お申し込みはメールかFAXで
mail prizmcafe@yahoo.co.jp FAX 092-524-4166(「心の春 希望」)

☆ステップアップⅢ型イベント☆

10月 6日(木) 調理実習
10月19日(水) ソフトバレーボール大会
10月27日(木) 音楽の日
10月31日(月) カラオケ



次回のあけぼの会便りNo. 155は
12月上旬発行予定です。お楽しみに！

イベント案内

☆心の春希望イベント☆

10月 7日(金) 動植物園見学13:00~17:00
10月19日(水) ハートメディア見学11:00~15:00
11月21日(月) リース作り(手芸サークルの時間)14:00~15:00
11月26日(土) バスハイク(秋月)11:00出発16:00到着(予定)
女子会 15:00~16:00: 10月3日(月)/11月14日(月)
プリズムcafe 16:00~17:30:10月5日(水)
スポーツの日 14:00~15:00:10月8日(土)/11月5日(土)
おしゃべり会 14:00~14:30:10月15日(土)/11月19日(土)
資源回収 11:30~12:00: 10月22日(土)/11月26日(土)

福岡あけぼの会後援会 主催 ☆日帰りバスハイクのご案内☆

日時 平成28年11月26日(土)
10:30 集合(福岡あけぼの会本部 1階玄関前)
11:00 出発16:00 帰着予定
行先 秋月城・宿園(柿狩り) 福岡県朝倉市
費用 昼食代、お土産代は実費負担(交通費はかかりません)
申込締切 平成28年11月10日(水)
申込先 地域活動支援センター心の春希望
(092-524-4153 火・日 休み)
★受付は先着順です。定員50名に達し次第締め切ります。
★申し込み後キャンセルの場合は必ず連絡をしてください。
担当: 後援会坂井会長、心の春希望山崎、堤

☆サンサンはかたイベント☆

10月 6日(木) サンサンガールズ 15:00~16:00
10月15日(土) バーベキュー 13:00~15:00
10月24日(月) おかしの日 14:00~
11月 3日(木) サンサンガールズ 15:00~16:00
11月26日(土) バスハイク(秋月)11:00~16:00
11月30日(水) おかしの日 14:00~

