

QSK

# 福岡あけぼの会便り

2023年 春  
No.190

<あけぼの会便り発行時期>  
隔月（奇数月）月上旬



喫茶みらい：本日のサンド（¥400） ウィンナーコーヒー（¥420） セット（¥250）

特集 ～私の夢 コロナ後したいこと

それでも歩こう～トライアングル  
家族会便り  
後援会コーナー  
ともに明日へ～ みぎわ工房

<あけぼの会便り発行時期>

新春	1月初旬
春	3月上旬
初夏	5月上旬
夏	7月上旬
秋	9月上旬
冬	11月上旬

印刷・折り込み作業は利用者さんと職員、共同で行っております。発行時期が若干変更になる場合があります。ご了承ください。

## 特集

# (私の夢)コロナ後したいこと

## 旅行にいきたい

国内、海外問わず旅行は大人気です！！

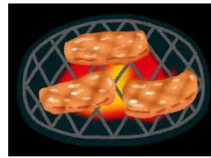
- ・海外旅行。タイか台湾か韓国ヨーロッパ、ハワイ、グアムに行きたい
- ・フジロック・a-nation・USJ・ディズニーランドに行く
- ・旅行をしたい
- ・海外旅行に行きたい
- ・キャンプをしたい
- ・バスハイクに行きたい
- ・北海道に旅行に行きたい



## 食事にいきたい

大切な人との食事は幸せな気持ちになります！！

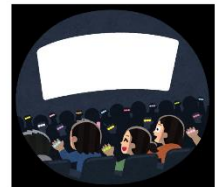
- ・気を使わず外食に行きたい
- ・大勢でご飯を食べに行きたい
- ・焼肉を食べに行きたい



## その他

コロナ禍で、今までできなかったことが沢山ありました！！

- ・卒業式や入学式で子供と写真が撮れなかったので、マスクをとって写真撮影をしたい
- ・映画を見に行きたい
- ・就職をしたい
- ・ペイペイドームで声をだして応援したいです (おわってしまえばいいのね)
- ・レクリエーションにいっぱい参加したい。楽しいこといっぱいしたい
- ・(今円安で心配だけど…) ソウルで服と洋楽のアルバムたくさん買う！
- ・声出しOK！！韓国アイドルライブに行く！！
- ・思う存分カラオケで歌いたい
- ・ネコとめくるめく夜を過ごす。By悪代官
- ・マスクをとって街を歩く
- ・ワクチン接種をしてジャニーズのライブに行きたい



## みぎわ工房

## 事業所通信

みぎわ工房では毎月バザーを開催したり、2月には豆まきをしたりして精鋭メンバーにより所内と食堂に平和を取り戻しました(笑)  
通常作業も頑張って、ときには楽しいこともしています。



久山珈琲、パウンドケーキ、クッキーを販売。  
アイロンビーズはメンバーさんの手作り



協力してバザーの準備中☆



食堂に突然鬼が現れた！



鬼は外～ 福は内～



ぐわあ～ ま、まいった！  
降参だ！許してくれ～

## トライアングル

### 田中八幡宮へ初詣に行きました

1/19.20の2日間、2班に分けて散歩がてら篠栗町にある田中八幡宮に初詣に行きました。  
お菓子のくじ引きをしたり、みんなでのんびり過ごしたりしました。



### 新スタッフの紹介

佐伯有紀（さえきゆき）です。  
趣味は絵本の読み聞かせです。  
おすすめの絵本は「あのときすきになったよ」です♡  
特技は、ケンカに強いことです。  
兄とのケンカで鍛えられました(笑)  
これからも宜しくお願いいたします。



## みらい

こんにちはみらいです！

昨年が続いてみらいでは3月26日から4月1日まで「Mirai Sakura Fair」を開催します。

営業予定時間はコーヒー販売のみAM10:00～喫茶AM11:00～14:30（ラストオーダー）15:00閉店となります。尚、予定となりますので時間変更ある場合がございます。ご了承ください。

今回は昨年と違い、ハンドメイド作品の販売とフリーマーケット(3/26・4/1のみ)します。おしゃれな雑貨を沢山販売していますので、是非足を運んでください。

そのほかにも、喫茶店やお菓子の販売では「桜・春」を感じる料理を作りお待ちしております。

3/26・4/1にピンクのものを身に付けてご来場された方には特別なプレゼントをご用意しております。お楽しみに！



## サンサンはかた

1/5（木）に十日恵比須神社へ初詣にみんなで行きました。

サンサンはかたから歩いて20分ほどのところにあり、今年1年健康で楽しく過ごせるようにお参りしました。

利用者さんから「梅ヶ枝餅が食べたかった～」等の声もあり来年は出店が出ている時期に行ってみたいな、と思いました。



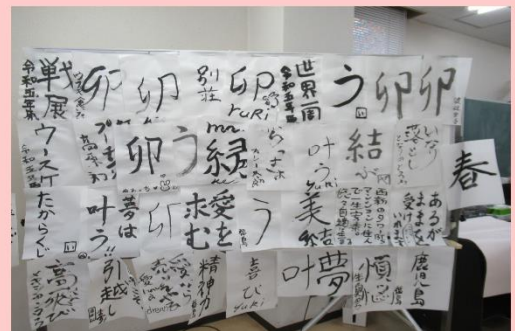
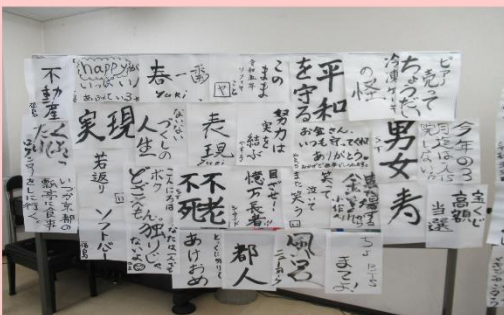
## 心の春希望

1月の新年会を多くの方にご参加いただき、開催しました。

表現塾とのコラボで書き初めを行い、半紙に思いのまま言葉を書き出してもらいました。

ウサギ年の漢字「卯」や、やりたいこと「若返り」「世界一周」など色々ユニークな作品が生まれました。

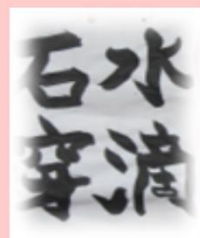
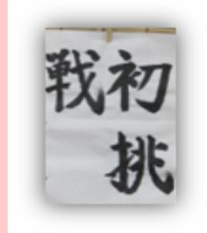
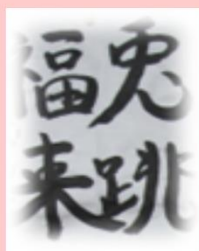
その後、皆でケーキを食べ和気あいあいと過ごしました。



## ステップアップⅢ型

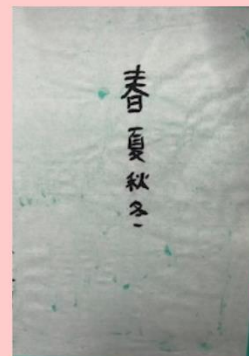
### 書き初めをしました

Ⅲ型では毎年、年始に書き初めをしています。  
利用者の皆さんも今年のご目標、好きな言葉を思い思い半紙に筆を使い書いていました。  
何枚も納得するまで書き直す人、書道家のように初回でスラスラと書き終わる人、子供の頃書道を習っていたと言って楽しそうに書いている人など、それぞれの書き初めでした。  
早くコロナが終息し通常の生活に戻る事を願いつつ！



### 多機能型ステップアップ

ステップアップでは生活訓練の活動で書き初めや福笑いを行いました♪  
B型事業所のメンバーさんも休憩時間にお邪魔して個性あふれる作品がたくさん仕上がりましたよ◎  
今年は小さなイベントでもいいので多くの活動ができるよう準備していきたいです！！



## それでも歩こう

## トライアングルを囲む地域の取り組みについて

連載コラム No. 36

皆さんこんにちは、トライアングルの中島です。

今回は、トライアングルを取り囲む地域についてお話をします。

先日、糟屋中南部障害者（児）地域自立支援協議会ネットワーク研修会に参加してきました。「なぜ行動問題は起きるのか」をテーマに支援プロセスを理解し、糟屋郡内の各事業所の出席者とグループワークにて、実際に分析方法を学びました。

各事業所のスタッフさんの障害福祉に対する熱い思いを伺い、とても有意義な時間となりました。糟屋中南部での取り組みが今後、精神障害者に向けた地域包括ケアシステムの構築に繋がっていく事を願いつつ、支援者として誰もが安心して自分らしく暮らすことができる地域を目指していけるよう、トライアングルや地域を盛り上げる取り組みをしたいと思えます。

## 家族会便り

今回は、先日行われた福岡県精神保健福祉センター主催の精神障がい者家族・支援者研修会に参加した感想を掲載します。

「精神障がい者が自分らしく生き生きと暮らすための地域生活支援」  
～精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築に向けて～

令和4年12月1日（木）

講師：大山和宏氏（一般社団法人えのき舎代表理事）



オンラインで視聴しました、今回のオンラインアプリは『zoom』ではなく、『Webex Meeting』でした。事前に「入室方法」「当日の流れ」等の連絡メールがありスムーズに入室できました。連絡の中に「当日プログラム・講演 資料を各自ダウンロードをお願いします」とありました、当日はオンライン画面で資料を見ようと思いきや手元に資料なしで参加しましたが、オンラインでは画面の鮮明さに限界があり事前に準備をしていれば良かったと反省しました。講演は、大山氏の精神科病院・教育機関での経験、えのき舎の開設、精神保健福祉士としての活動等の実体験から始まり、[にも包括]に至るまでの精神保健福祉の経過、高齢者の[地域包括ケアシステム]と精神障がい者の[にも包括]、精神科医療の現況、地域生活支援の現況について、厚生労働省・福岡県精神保健福祉センター等の資料を元に進みました。

[にも包括]は現時点では構築が始まったばかりですが、ここまでしてくれるのと思う程充実した内容なので実現を望みます。

精神科医療の現況で、平成14年から平成29年の15年間の精神疾患を有する患者数の推移の話で平成29年調査で入院は30.2万人、外来は389.1万人で入院患者数は15年間で4.3万人減少、外来患者数は165.2万人増加していること、他にも入院患者数を疾病別でみると、統合失調症系は20.3万人→15.4万人へ減少、認知症（アルツハイマー病）は1.9万人→4.9万人へ増加、年齢別でみると65歳未満は19.5万人→11.4万人へ減少、65歳以上は15万人→18.7万人へ増加していること等、これだけ多くの方がメンタルに不調を抱えながら生きている現状を知りました。私個人も人ごとではなく、現在は統合失調症の家族に向き合いながら、心身を健やかに保つよう工夫をしていますが余裕が無い状態になることもあります。【無理をしない・疲れたら休む・離れる】よく聞く言葉ですが、これを実行できる環境にない場合、疲弊します。病院に行く程ではないが、メンタルヘルスの専門家による支援があればと感じています。

[にも包括]を構成する要素の中に、家族支援も含まれているので未来に期待しています。

（すずめのお宿家族会）

# 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

**日常への復活そして  
誰もが支え・尊重し合う社会へ**

自粛という言葉に追いかけて続けられてきたような日々から、令和5年春の訪れと共に地域イベントや様々な社会活動の音が聞こえ始めた。

今年には法人設立20周年。1年遅れで後援会がスタート。何らかの因縁の様なこの節目の年を迎え、かつての日常に戻って欲しいと切に願うばかりだ。



3年ぶりの復活は、毎年5月開催の「福岡あけぼのふれあい祭り」だ。法人だけでなく小、中学校や公民館、婦人サークルやジュニアダンスグループ。さらに地元企業からリサイクル品の提供など正に地域一体となったイベント。休んだ間に蓄積した想いとエネルギー爆発が楽しみたい。開催時期については、法人本部と相談し決めていく予定。

**他事業所との交流**  
後援会ではこのほか10年以上続く大型の貸切バスを使った「1日バスツアー」が昨秋、2年ぶりに再開。復活したものの車内では「カラオケ禁止」「会話は控えめに」で家族、ボランティアを交えた折角の交流イベントも盛り上がりを見せた。今年には目的の早い企画、充実したい。



**松が繋(つなぐ)10年**  
国定公園の海岸松林保存活動をする「福岡あけぼの会リフレッシュ&ボランティア」も昨年12月、新区画地で3年ぶり復活。芥屋海岸(糸島市)で新鮮な空気を満喫。活動を始めて今年で10年。正に松林が繋(つなぐ)自然とのふれ合いの場だ。

**アート展更なる「超域」での連携**  
家族を支えながら本人を支える。さらに地域と共に支える。この三つの支えが象徴されるのが、今年で4回目を迎える「福岡あけぼの会アート展」だ。

「障がい者による文化芸術活動の推進に関する法律(平成30年6月交付)の基本方針③に「(略)障がい者の文化活動は本人、学校、福祉・文化の施設や団体、行政などさまざまな主体が関わる超域的な分野。関係者が専門領域を超えて円滑に活動できる連携体制によって地域に新たな活力をもたらす。障がい者への理解を進め、誰もが、相互に尊重し合う豊かな地域社会を作ろうとするものです」と定めてあります。後援会もこの基本に忠実に、より中身のあるアート展を目指したい。

**要望・提案を!!  
5年度総会開催**

令和5年度後援会総会を6月23日(第4金曜午後・予定)開催します。総会開催は3年ぶりとなり、皆さまの意見、ご要望等を賜る機会がやっと来しました。平成16年、事業を開始したばかりの「社会福祉法人福岡あけぼの会」を支えようと後援会が結成されました。法人の理念である「障がい者とその家族が地域の中でいきいきと暮らしたいける社会をつくる」の実現に向け、皆さまのお力をお借りしながら、法人を支援する活動を行っています。正直マンネリ化の兆しもあります。「復活の年5年」でもあります。皆さまの提案や厳しい指摘等お待ちしております。

◇令和5年度会員募集◇  
社会福祉法人福岡あけぼの会の活動をサポートする令和5年度(4月〜翌3月)後援会員を募集中です。(会費)  
個人二千円▽団体五千円以上▽障がいをお持ちの方五百円  
(入会方法)  
後援会事務局、法人各事業所(施設)での直接受け付けと郵便局での振込みがあります。郵便局でのお振込みは▽口座番号0179000129940

▽加入者名 福岡あけぼの会後援会

## 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	815-0082 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
就労継続支援事業B型	しののめ	814-0101 福岡市城南区荒江1丁目23-25	092-851-7528	shinonome@f-akebonokai.jp
	しののめプラス	814-0104 福岡市城南区別府5丁目8-19	092-834-4336	shinonome@f-akebonokai.jp
	ほのぼのHaKaTa	812-0041 福岡市博多区吉塚1丁目12-53	092-409-8318	honobono@f-akebonokai.jp
	みぎわ工房	816-0943 大野城市白木原4丁目1-5	092-592-3942	migiwa@f-akebonokai.jp
	トライアングル	811-2417 糟屋郡篠栗町中央4丁目15-3	092-947-3173	triangle@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(2F)	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18-36	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
区障がい者 基幹相談支援センター	博多区第1障がい者基幹 相談支援センター	812-0041 福岡市博多区吉塚3丁目18-1	092-409-2478	hakata1kikan@f-akebonokai.jp
	東区第3障がい者基幹 相談支援センター	812-0061 福岡市東区馬出1-2-23第1岡部ビル102号	092-292-5604	higashi3kikan@f-akebonokai.jp
グループホーム	カレッタ	814-0033 福岡市早良区有田5丁目24-27	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	heartful@f-akebonokai.jp

# ともに明日へ 第43回 みぎわ工房

〒816-0943  
福岡市大野城市白木原4-1-5  
TEL 092-592-3942  
FAX 092-404-3680

みぎわ工房のカラフルレディー C.Tさん。  
いつもお花のような洋服で華やかに身を装っています。  
自らカラフルを実践されているC・Tさんにインタビューした内容です。

## 感謝が生活大事

自分を取りまく方々へ  
遠慮していても楽しくない。  
皆が受け入れてくれていることに感謝。

10年間、エアロビ・スクワット しています。病院に入院中にはまりました。

5年間、アイロンビーズ制作しています。  
主任が製図を作ってくれて、妖怪ウォッチ  
にワンピースも作ったよ。  
カラフルで楽しい。

6年間、折り紙で作品制作。  
食堂にも綺麗なチューリップが咲いています。

C.Tさんは食堂のお掃除もすごくきれいにされます。まさに「雨だれ石を穿つ」ならぬ「C.Tさん食堂をピカピカラフルにする」ですね。途切れることなく常に何かに夢中になっているところ本当に素晴らしいです。



全ては健康の為！



## 食堂に寄付されたお花と敷物

「福岡あけぼの会便り」バックナンバーはこちらからご覧いただけます。→



【編集】社会福祉法人福岡あけぼの会 〒815-0082 福岡市南区大楠1丁目35-17 ☎ 092 (791) 7472 (代)

【発行】九州障害者定期刊行物協会 (QSK) 〒812-0068 福岡市東区社領1丁目12番4号

年会費 2,000円 (購読料含む) 一部 100円