

ほっとねっと ほっとレター

内容紹介

- 1 … ねっとハウス「くろーばー」久米
グループホーム合同ビアガーデン
- 2 … ねっとハウス「くろーばー」北条
あさなぎ・ゆうなぎ活動報告
- 3 … すけっと工房
作業の様子
- 4 … ひだまり
夏の活動報告
- 5 … 口 笛
親子パン教室開催
- 6 … 共同住居ひまわり・大/ほっとパートナー
食事会開催/嚥下障害について
- 7 … ピア人材バンク事業
ピアサポーター活動報告
- 8 … ワンステップ事業
見学・体験教室開催
- 9 … 自立生活援助事業所
サービス内容について
- 10 … なみなみサロン/かめかめサロン
中島地区との交流/ある日の会話
- 11 … 家族の集い/北条懇親会
久米地区開催/第3回北条懇親会

2018年10月号

発行者：NPO法人ほっとねっと

<http://hotnet.or.jp>

[くろーばー久米]

今年も恒例!!グループホーム合同ビアガーデン♪

8月18日、毎年恒例のビアガーデンをリシェール松山で行いました!!当日は天候にも恵まれて、関係機関の方も含めて大勢の方が集まりました。最初の挨拶で皆さんビールやジュースで乾杯して盛り上がりました。夏はやっぱり浴衣や甚平が似合いますね♪



関係機関の皆様
ご参加頂き
ありがとうございました!!

大街道夜市レク



7月28日に土曜夜市へ行ってきました!
人が多くて歩くのも大変でしたが、たこ焼きやお好み焼き、たくさんの果肉が乗ったかき氷などを食べて楽しみました。夏の思い出を作ることが出来てよかったです。



〇様の帰省に同行しました

世話人さんと一緒に伊予市中山町の家へ帰りました。一年ぶりに母にも会えましたし、神棚お仏壇も拝め、山のスイカも食べることができ、満足しました。ありがとうございました。



〇.Y様

大かき氷レクin赤乃れん & 銀天街散策

まだまだ暑い9月の終わり、念願のかき氷を食べに行きました。帰りに銀天街で買い物もしました。



[ねっとハウス「くろーばー」北条]

【あさなぎ】7月

ひ ちゅうか 冷やし中華レク in とんたろう 豚太郎



夏といえはやっぱり
冷やし中華が1番!

【あさなぎ】9月

す し ろ ー しょくじかい まつやまかんこうさんさく
スシロー食事会・松山観光港散策



おすしの後に、全員で観光港にて
船と景色を眺めて楽しみました。

【あさなぎ・ゆうなぎ】8月

なごみ 和 ホスピタルまつり なつ



今年も盆踊りに
参加しました。



屋台のたこ焼き最高!



7月にかき氷を作って涼を感じ、9月には
秋服を探しに出かけました。女性2名ですが、
楽しみを大切に、日々過ごしています♪



[すけっと工房]

こんにちは、皆さんお変わりないでしょうか。
 今年は猛暑が長く続き、豪雨被害や台風も多い中、すけっと工房のメンバーは、元気に作業をこなしています。
 興味がある方は、お気軽に見学はいかがでしょう。

7/5 ソフトバレーボールひばり杯



ナイスサーブ!!
 ドキドキながらも楽しかった♡



7/12 上林 そうめん流し



もくもくと食べました!

「こじは、うまい!」
 おすすめですよ



繁忙期の除草作業

今年は、豪雨・台風で延期になりながらも、暑さに負けず頑張っています!



8/18 素鷲地区の夏祭り

大人気のメダカすくい、今年はメダカの数、猛暑で激減してしまいました。毎年、楽しみにして頂いていることに感謝です。



☆ 今季の一句・藤原将史 作

露草の色映える
 参観日かな



9/21 菜園

早生のブロッコリー苗を30株植えました。収穫が楽しみです。

[ひだま里]

7～9月のひだま里の活動を報告です。



この夏は、本格的に熱くなる前に厨房のエアコンも新しくなり、大きな窓には葦簀がつけました。

熱中症対策として、ひだま里で採れた大葉でシソジュースを作り、

みんなで飲みました。毎年夏に参加しているチャリティーバザーは

学生さんとシフォンケーキを販売しました。



甚大な被害が各地で発生した西日本豪雨。ひだま里の利用者さんは被害を免れることが出来ました。

翌月、保健所で災害に関するビデオ鑑賞、消火訓練、起震車による地震体験などの防災訓練をしました。

レクリエーションは、新居浜のあかがねミュージアムへ行き、彩り豊かなイラストに囲まれワンピース

の世界に浸りました。



ひだま里は「まつやま・もっと野菜を！プロジェクト」に参加し、毎月

19日の食育の日は1/3日分の野菜がとれるお弁当を作っています。

その発表試食会が8月に行われ、利用者さんと市役所に行ってきました。





なが そうめん流し&パットゴルフ

権現山流しそうめんに行きました。

木陰で涼しく、美味しいおそうめんを堪能しました♪

食後の運動で気持ちのいい汗もかきました！



よる どうぶつえん 夜の動物園



愛媛名物 みかんジュースの出る蛇口

8月11日 夜の動物園に行ってきました。
休憩をとりながら2時間ほどまわりました。
暑さもありましたが、「楽しかった」という感想が多く聞かれました。



おやこ きょうしつ 親子パン教室



8月18日 夏休み企画として親子パン教室を開催しました。

今回は抽選で5組の親子の方にご参加頂きました。

笑顔も多く、和やかな雰囲気で行われ、

楽しい時間を過ごすことが出来ました

「またパン教室をして欲しい」、「子ども達も喜んでいてよかった」という声が聞かれ大好評でした。



パンの作り方説明中…



共同住居ひまわり・大

【 共同住居 食事会 】

8月3日（金）、共同住居ひまわりで食事会が行われました。

入居者の方達の生活を支えてくれる、久米病院のスタッフの方達が中心となって企画をしてくださいました。同じく支援をしていただいている真光園のスタッフの方達にも協力して頂き、この会を開催することができました。

前もって入居者の方とミーティングを行い、イベント内容を考えました。サラダやオムライス、皆で協力して作っています。上手に作れていますね！



食事の合間にゲームを行ったりし、とても楽しい時間が過ごせました。食後にはデザートとしてかき氷を作って食べています。

入居者の方達からは、「またやりたい！」と大変好評でした。会を開いて頂いた久米病院・真光園のスタッフの皆様、一緒に調理をして下さった入居者の皆様、誠にありがとうございました。



共同住居大でも、8月25日（土）に外食に出かけています。

真光園の外来スタッフの方が入居者の方の希望をうかがい、企画し、風風亭のラーメンを食べに行きました！共同住居大がまだグループホームだった頃は、レクで良く行っていたところです。

外来と訪問看護から1名ずつスタッフの方が来てくれ、送迎してくれました。夕々の風風亭のラーメンはとてもおいしかった！と好評でした。残念ながら1名の方が所用で参加できませんでしたが、次回はぜひ参加したいと言われていました。

企画をして頂いた真光園のスタッフの皆様、誠にありがとうございました。

ヘルパーステーション ほっとパートナー

お世話になります。ヘルパーステーションほっとパートナーです。

今回は【食欲の秋】 【実りの秋】 【スポーツの秋】 【芸術の秋】の中で「食」を取り上げま

す。その中でも毎日行う、噛む、飲み込む行為の中で起こりうる嚥下障害の説明をします。

嚥下（えんげ）障害とは

急いで食事をした時などに、食べ物のがどに詰まったり、むせたりした経験はだれにでもあるはずですが。

一時的なことなら心配はありませんが、こうした症状がしばしば起こったり、食事のたびに食べ物を飲み込みにくいと感ずるようになったら、嚥下障害の可能性ががあります。

規則正しい食生活で楽しく秋を送りましょう。



ほっとパートナー ☎ 089-997-7307

【ピア人材バンク事業：ピアサポーター】

ほっとねっとではピア人材バンク事業を実施しています。

内容は、①ふれあいトーク事業②ほっとねっとピアサポーター③講師派遣事業です。

ピアサポーターとは？

「ピア」とは「仲間」という意味の言葉です。「ピアサポーター」は、同じ病気や同じ体験をしてきた方が、自分のできることで、できる範囲で、助け合っていく活動を行う方のことです。

松山市ピアサポーターとは？

地域移行支援事業（長期入院している方が安心して退院できるように手伝える支援）・地域定着支援事業（退院した方が地域で安定して暮らせるように手伝える支援）を利用している方を支援する方の呼び方です。

ほっとねっとピアサポーター活動報告

7月 ワンステップ事業についての説明（久米病院）
 聖カタリナ大学講義（体験発表）
 見学対応（砥部社協）



学生に知ってほしいこと、今大事にしてほしいことなどを、みんなで伝えました。

8月 実習生対応（聖カタリナ大学・風のねこ）
 地域移行支援についての法人内研修会



9月 ワンステップ事業についての説明（記念病院）
 ワンステップ事業チラシ配布活動
 見学対応（堀江病院）

松山市ピアサポーター活動報告

松山市ピアサポーターは、久米病院・和ホスピタル・真光園・松山記念病院の各OT（作業療法）で、退院に向けての動機づけ支援を引き続き行っています。また、グループホーム入居者の方との話し相手活動も、新たに始まっています。

自分と同じような境遇の人達もいろんな形で生活していますが、ピアサポーターの活動を通して、今後の生活に手助けできるようになれば、良いなと思います。

入院している方々に。退院後の心配事があっても、生活を支援してくれる人たちや施設があるので、もし退院になって心配事があっても、相談して頂ければ対策を取ってくれると思います。〈退院応援グループで活動している今井さん〉



松山記念病院
 退院応援グループ



〈グループホーム入居者の話し相手活動を行っている村上さん〉

初めはとても緊張しましたが、回数を重ねていくうちに、私自身も少しやりがいをもって通うことができるようになっていきます。ピアサポートをした後の振り返りや、困った時等、安心して職員の方に話せるのがありがたいです。



【ワンステップ事業】

まつやまし せいしんしょう しや じぎょう れんけい ちょうきにゆういんかんじや けんがく たいけんきょうしつ かいさい
松山市の精神障がい者ワンステップ事業と連携し、長期入院患者さんへの見学・体験教室を開催しました。

口笛 8月29日、久米病院より3名の方をお迎えし、ミニクワッサン作り体験、茶話会を実施しました。ピアサポーターの方は温かく見守りながらパン作りを一緒に行ない、茶話会では体験談を話して下さいました。

★ピアサポーターの感想★

「ミニクワの作業を楽しんでもらえて良かった。」
「体験に来られた方が、口笛のメンバーになってもらえたらいいなと思った。」
「工賃でパンを買ってもらえた。喜んでもらえてうれしい！」
「大成功だった！」



クワッサンの試食♡
おいしい〜♡



★参加者の方の感想★

『自信になった。』
『工賃がもらえてうれしかった。』
『こんな私でもやればできると思った。』
『久しぶりに楽しかった。』



すけっと工房

9月5日（水）、久米病院より見学体験者3名の参加がありました。喫茶フェードインのメニューからお好みのドリンクを選び、ひだま里的シフォンケーキを食べながらの事業説明をしました。作業体験では、内職・缶つぶしを15分間交代で行い、工賃100円のお支払いをしています。

★参加者の方の感想★

『喫茶メニュー美味しかった。』『内職は難しかった。缶つぶしは楽しかった。』『職員も優しくかった。』
『他の作業内容は難しい感じがしたが体験してみたい。』『いろいろ質問できて良かった。』
『工賃をもらえたことが嬉しかった。』『他の作業所も見学したい。』など前向きな意見を頂きました。



ひだま里

8月1日・17日に各1名ずつ、入院中の方が見学に来られ、ひだま里がどんな事業所かを見たり、話をきいたり、ひだま里で作るシフォンケーキを食べられたりして、退院後の生活のイメージをふくらましておられました。

★見学に来られた方の感想★

『(ケーキ作業を見学して…) やってみたい。』





自立生活援助事業所 ほっとねっと

ほっとねっとでは、平成30年6月より自立生活援助事業所ほっとねっとを開設しました。自立生活援助事業とは、平成30年度より新たに始まったサービスで、精神科病院やグループホーム等から一人暮らしを希望する方に、本人の意思を尊重した地域生活を支援するため、一定の期間にわたり、定期的な巡回訪問や随時の対応により、その方の生活力等を高め、適時のタイミングで適切な支援を行うサービスです。

● 自立生活援助計画の作成

サービス管理責任者が、それぞれの方の希望や課題に応じた援助計画を作成します。



● 定期的な訪問・調整

週1回程度、地域生活支援員が訪問し、生活の状況を把握し相談に乗ります。サービスの事業者や医療機関等とも適宜調整を行います。



● 随時対応

利用者の方から相談があった場合は、電話や訪問により、必要な支援や調整をします。



● 同行支援

必要に応じて外出に同行し、情報提供や助言を行います。



ご不明な点などありましたら、下記までご相談ください。

自立生活援助事業所 ほっとねっと
TEL 089-907-8030

[中島 なみなみサロン]



～支所でのパン販売～



今年度より、定期的に口笛から中島地区へ出向き、中島に住んでいる障がいを持たれている方と一緒にサロンを行っています。中島には障がいを持たれている方が日中活動できる場所がほとんどありません。バザーと一緒にパンを販売したり、茶話会ではそれぞれの生きてきた道や、これからの夢を語りアットホームな雰囲気です。

中島特産のみかんを使った酵母を使用し、ベーグルも開発しました。

～中島夏季大学パン販売～



これからも、ゆっくりのんびり集まれる居場所であり続けられるよう、活動していきます。

～茶話会～



[小坂 かめかめサロン]

毎週日曜日開催しています 時間：10時から13時 場所：松山市小坂3丁目1-16 (旧すけっと工房)

太郎さんとカメ子さんの、ある日の会話より

- ♠太郎君：「かめかめサロン行ってみたいな。」 ♥カメ子「ぜひぜひ。のんびりできるよ。」
- ♠太郎君：「メンバー登録がいるのかな？」 ♥カメ子「ううん いらないよ。」
- ♠太郎君：「じゃあ、10時にいけばいいだけ？」 ♥カメ子「そうよ」
- ♠太郎君：「もっていくものは？」 ♥カメ子「お昼ご飯代、250円だけね。」
- ♠太郎君：「ご飯作るの？ 僕料理はちょっと…」 ♥カメ子「手伝わなくていいんだよ。」
- ♠太郎君：「おこられない？」 ♥カメ子「もちろん。みんなやさしいわよ。スタッフさんがいて作ってくれているわよ。」
- ♠太郎君：「じゃあ、一回行ってみようかな。」 ♥カメ子「そうよ。行ってみたらいいよ。日曜日のお昼に、おしゃべりしながらランチタイムしましょう。」



[家族の集い]

かぞく つどい 家族の集い in 久米地区

9月27日に家族の集いを久米地区にて開催しました。今回初めての家族や遠方からもお越し頂ける方もおられて、沢山の参加となりました。

最初にほっとねっとの事業内容を紹介させて頂き、後半の茶話会ではご家族の方と一緒に利用者の普段の様子や気になること等話し合い交流を深める機会となりました。

家族の集いは年四回を予定しておりますので、是非またご参加頂ければと思いますので宜しくお願いします。



[北条事務所懇親会]

だい かいほうじょうじむしょこんしんかい かいさい 第3回北条事務所懇親会が開催されました！

参加者は利用者の皆様、ご家族様、関係機関の方、北条事務所職員の合計27名。



ひだま里の利用者さんと作った食事を食べながら、アットホームで楽しい時間を過ごしました。

ご参加して下さいました皆様ありがとうございました。



- | | |
|---|--|
| * NPO法人 ほっとねっと | 〒790-0963 愛媛県松山市小坂 2 丁目 2-20
TEL: 089-997-7307 FAX:089-997-7308 |
| * 小坂事務所
すけっと工房
ヘルパーステーション「ほっとパートナー」
相談支援事業所 ほっとねっと | 〒790-0963 愛媛県松山市小坂 2 丁目 2-20
TEL: 089-932-4212 FAX:089-997-7308
TEL: 089-997-7307 FAX:089-997-7308 |
| * 久米窪田事務所
ねっとハウス「くろーばー」 | TEL: 089-907-8030 FAX:089-907-8050
〒791-1101 愛媛県松山市久米窪田町 897-7
TEL: 089-975-9616 FAX:089-907-8050 |
| * 北条事務所
ひだま里
ねっとハウス「くろーばー」北条 | 〒799-2432 愛媛県松山市土手内 121-12
TEL: 089-993-4733 FAX:089-989-0202
TEL: 089-992-1388 FAX:089-989-0202 |
| * 石井事務所
口 笛 | 〒790-0932 愛媛県松山市東石井 5 丁目 3-13
TEL: 089-905-0579 FAX:089-907-0523 |