

港さざなみ会

<家族会例会>

- ★ 次回家族会は4/21(金)
1:00~ 保健福祉センター2F 集権室です
 - ★ 5月14日(日)は家族会総会です
時間・会場:11:00~ グリーンスにて
 - ★ 3/25の家族会では18年度役員が決まりました
会長:米根 弘
副会長:橋本一夫・藤原幸子
書記:原田幸子 会計:寺井美代
監査:辰巳詢子
- ☆ 港さざなみ家族会では新会員を募集中です。

<家族による家族ゼミナール>

薬について・・・(薬物療法) 3回 薬の副作用2
どんな薬でも副作用のまったくないものはありません
《自律神経のはたらきの副作用》●口がかわく●便秘がちになる●低血圧、立ちくらみ●目の焦点が合わない●尿がでにくい
【自分で出来る対策】◎うがいをする、ガムをかむ◎繊維質の食物を多くとる、水分を多めにとる、便秘薬をのむ◎ゆっくりと立ち上がる
《ホルモンのはたらきの副作用》●インポテンツ・性欲の低下●生理不順●お乳が出てしまう
【自分で出来る対策】◎本人のつらさに合わせて、薬の調節をします◎性欲の低下や生理不順は、急性期よりも回復期にむしる問題になることが多い副作用です。多くの場合、薬の調節で解決可能です。
 ※要注意の副作用として《悪性症候群》《遅発性ジスキネジア》《薬物アレルギー》などがあります。次回にご紹介します。



【こころ】冷たい雨に、満開だった桜の花が散り初めになりました/グループワークの梅見も、作業所の花見も、ポートネットの花見も今年はぜ～んぶんナシ!/障害者自立支援法のとばっちりがかんところまにきています/そりゃ～花見どころじゃないです/自立支援医療がすでに始まり、障害の程度を6段階に分ける障害程度区分認定調査も始まりました/精神障害は軽い区分になる傾向があるといわれています/気分や体調に大きく波のある障害ですから、元気なときの調査結果でしんどいときに支援が得られない!などということの無いよう、我ら支援職員が力を発揮せねば/先行き不透明ですが、本人・家族・職員が力をあわせ進もう(Yoshi)

- ★ ピアみなとは小規模社会福祉法人をめざしています。資本金1000万円を準備するために今後ともご協力をよろしくお願いします。
現在 正会員数 67名
賛助会員 18名 です
本法人・施設へのご寄付は、
施設または郵便局へお願いします
郵便振替口座 加入者名:ピアみなと
口座番号:00900-0-330844

相談電話いろいろ
 こころの悩み電話相談 大阪市こころの健康センター
 月～金曜日 10:00～21:00 (但し15～17時は中止)
6636-7867
 こころの電話相談 大阪府こころの健康総合センター
6691-2813
 ささえあい電話 セセラギクラブ
 水曜 13:30～15:30 土曜 13:30～14:30
6973-4121
 わかちあい電話 ぼちぼちクラブ
 火曜・木曜 14:00から17:00
6973-1287
 自立生活センターピア大阪 (ピアカウンセリング)
 男性月曜・女性金曜 13～16時 (12～13時休み)
6622-1180
 やすらぎコール ふれあい地域生活支援センター(生野区)
 金曜 17:00～19:00
6754-3587
 こころの電話救急相談 復帰協
24時間いつでも
6945-5000
 家族が対応する電話相談 大家連
 月・金曜日 10:00～午後3:00
6775-7859
 障害者もしもサポート 早川福祉会館
 月～土曜日 午後1～8時
4399-3363
 ふらっとめいじ相談電話 地域生活支援センター
 月・火・木・金・土 9:00～17:00
6541-0006
保健福祉センターの電話番号
 3階石神さん 6576-9968 井部さん 6576-9856
 2階 支援運営課 6576-9882

精神保健福祉
ボランティアグループしおり
総会 4/15土 1:00 グリーンス
 <活動予定>
 4/20火 手話講座 ワークみなとにて
 第3水曜日 14:00 定例会 ボランティアビューローにて
 <活動報告>
 4/15土 総会 グリーンスにて
 <活動計画・依頼>
 ※天保山公園そうじは毎週月・水10:30～グリーンス集合
 ※連絡先: Tel/Fax 6574-2930 グリーンス
 Tel/Fax 6571-7511 ワークみなと

賛助会員募集
 賛助会員にはピアみなと新聞を送付しています。
 一口 3000円 (17年度分)
 通信欄に「賛助会費」と書き、送先を書いて下記に払込願います
 郵便振替口座 加入者名:ピアみなと
 口座番号:00900-0-330844
 購読のみ希望の方は、送料をご負担ください。1年分1000円を「新聞送料」と書いて上記口座にお送りください。

ピアみなと新聞 52

特定非営利活動法人 障害者の福祉を進める会みなと
 2006年4月

発行者・印刷
 特定非営利活動法人
 障害者の福祉を進める会みなと
 通称名:ピアみなと
 〒552-0016
 大阪市港区三先 1-16-9
 ワークみなと内
 TEL・FAX06-6571-7511
 郵便振替口座
 加入者名:ピアみなと
 口座番号:
 00900-0-330844

新聞記事から

警視庁などに厚労省

障害者自立支援法説明会

昨夜からの豪雨も午前中に上がり、晴れ間の見える3月30日午後2時、港区保健福祉センター2階集団検診室において、主に精神障害者関係に重点を置いた、障害者自立支援法説明会が行われました。
 4月1日からの法の施行に向けて、厚生労働省からの確かな情報の少ない中、窓口や相談で対応している港区の精神保健福祉担当者が説明したものです。
 不安の募る精神障害者や家族・関係者70名以上が集まり、この法に対する関心の高さを感じさせました。まず、法の趣旨と、新しい自立支援システム(自立支援給付など)の説明がありました。
 つぎに、すでに始まっている自立支援医療・障害程度区分認定のプロセス・居住支援サービス(グループホーム)と、実費負担の軽減処置の話。
 そして、10月から始まる作業所の新しいかたちについての話しがありました。
 必要な事を、わかりやすく説明していただき、質問も多数出ました。新しい情報を説明していただく場を持っていただく事をお願いして、終了しました。



電気ショック療法記事に大反響!

「月刊ぜんかれん」2月号の記事『養生のコツ』語り第15回電気ショックについて(神田橋條治:精神科医)32頁～に大きな反響がありました。3月号(22頁～)には読者からの後遺症などの経験談・意見・反論などが4ページにわたり掲載され、『ぜんかれん』編集部と神田橋條治氏のお詫びがありました。まだお読みでない方には、一読をおすすめします。

特定非営利活動法人 障害者の福祉を進める会みなと

総会
5月28日(日)
 午後2時より 港区民センター

「障害者雇用実行を」(朝日新聞4/3朝刊)

障害者雇用促進法が定める雇用率を下回り、改善のための採用計画も実行していないとして、厚生労働省は、警視庁など地方自治体の7機関に対し、計画の適正実施を促す勧告をした。勧告が公表されたのは今回が初めてだが、警視庁に対する勧告は3年連続だという。警視庁は「条件などが折り合わず採用が進まない」としているが、同省は「公的機関は率先すべきだ。引き続き指導していく」としている。

納豆含有の「PQQ」

パーキンソン病予防効果(朝日新聞4/12朝刊)
悪性たんぱく質抑制、新薬に光 東農工大教授発見
 手足がふるえたり、歩きづらくなったりする難病パーキンソン病の原因とされるたんぱく質に、ピロロキノリンキノン(PQQ)という物質を与えると、蛋白質の凝集、蓄積が抑えられることを東京農工大の早出広司教授(生命工学)らが見つけ、11日発表した。細胞レベルで抑制効果を確認するなどし、将来は新薬の開発につなげたいという。
 パーキンソン病は脳内でドーパミンという神経伝達物質をつくる細胞が壊れる病気。たんぱく質のαシヌクレインが凝集、この細胞に蓄積することが主な原因とされる。早出教授らは蓄積を防ぐ効果のある物質を探索。ピーマンや納豆などに含まれるPQQを、αシヌクレインに投与すると、凝集が通常の10分の1以下に抑えられた。(以下略)

施設運営委員会 2006年4月21日(金)
 午後4時 港区保健福祉センター集検室です
 ※ 理事会は5/14(日)15:00 グリーンス

港さざなみ家族会
 4月21日(金)1:00～ 保健福祉センター
 ※ 5月14日(日)は総会を開催します

家族教室4月21日2:00～保健福祉センター
 5月は 19日2:00～保健福祉センター

精神保健福祉ボランティアグループしおり
 総会は 4月15日(土)午後1:00～グリーンスにて

ワークみなと

港区三先1-16-9 TEL/FAX 6571-7511

花ふさの電話

ワークみなとの分場「菓子工房花ふさ」に新しい電話番号がつかまりました。昨年6月の開店当初より携帯電話型のピッチ（PHS 電話 070-5260-8162）を使用していたのですが、新しく固定電話？を設置したものです。電話番号は 06-6576-8723（ハナフサ）と店名にあわせた覚えやすい番号です。

ハ・ナ・フ・サと覚えてください。

☎6576-8723

菓子工房花ふさでは、バレンタインデー・ホワイトデー・ひな祭りなど、季節に合わせた商品や包装でお菓子を楽しんでいただいています。また、新商品も続々開発しています。「おから」や「きなこ」を使ったクッキー、レモン味の「メレンゲ」はおいしいと評判！ 毎朝10時半の焼き立てマフィンも人気です。1日おいたらしっとり感がなんとみえずいい感じ！

おいしくて、かわいくて、包装もカッコイイ

グループホーム

みなと憩寮

障害程度区分認定調査

障害者自立支援法の施行にともない、グループホームに入居している方に対して、訪問調査員の方が、聞き取り調査に、こられることになりました。

この調査は、お誕生日の早い方から順次連絡があり、早速4月の末にはAさんの聞き取り調査が行われることになりました。その調査には、保健師さんも同行されるとのことですが、なんせ初めてのことで、職員ともどもドキドキです。調査の雰囲気や感じたことなど次回に報告します。



さびしいね、送別会！

前向きに旅立つ二人を囲んで送別会をしました。昨年7月にやってきたYさん、4月から「ワークス池島」にかわります。同じころから「ひまわり」の掃除を担当していた非常勤のももこさんも、神戸市北区の病院に就職がきまり、突然の退職でした。（3/31に精神保健福祉士に合格！されました）

そんなわけで早めに作業を終え、4階の食堂に集合！ コーヒー・紅茶と花ふさのマフィンやお菓子をいただきながら、みんなが一言ずつさよならの挨拶を贈りました。後日、「よせがき」をしました。贈っておどろかせよう！ また、きてくださいね！

見学！見学！見学！

作業所に見学者が来られました。「主治医に本をかりて、自分で調べてきました！」と、一人で元気一杯。

以前は保健福祉センターの相談員さんと一緒に来られる方だけでした。最近は、クリニック（診療所）からの問合せが多く、ワーカーさんやご家族と一緒に見学に来られる方もおられます。

見学して気に入られたら、ご本人の希望だけでなく、ご家族との面接、相談員や病院の紹介をいただいて、体験入所→入所登録となります。入所登録には、医師の意見書が必要です。そして通所判定会議で経て入所となります。仲良く楽しく過ごしましょう。

新しい非常勤さんがこられました

今まで火曜日は、みんなでメニューを考えて作っていましたが、この度、辻 和子さんが来てくださることになりました。でも、時間が少し早く、1時から4時までです。みなとあまり顔をあわせることがないかも知れませんが、よろしく願います。これからのみなと憩寮は、月曜日きよこさん、火曜日和子さん、水・木・金はのりこさんということになりました。しばらくの間でしたが、火曜日に自分たちで考えた料理・出来合いのものや出前、(要するに好きなものを作って(?) 食べるのは、ちょっぴりうれしいことになっていたのですが、これからも時々自分たちで作る日を決めて、自炊の練習も必要かも……

自立、共生への道

精神障害者の現場から (3/26~3/30) 新聞の取材がありました。「身近な病気にもかかわらず精神障害者への理解はほとんど進んでいない。大阪の現場を通して問題点を見据え、解決への糸口を探る。(記事本文より)」と大阪日日新聞に特集記事が掲載されました。1回には西成区のピアサポーター、2回西区ふらっとめいじ・西成区ふれあいの里、3回西成ウイング・みなと憩寮、4回吹田市天使のたまご・平野区大阪市障害者就業生活支援センター、5回港区ワークみなと・市立港南中学などの活動が紹介されました。

3月のレク、映画「県庁の星」！（グリーンズ）

ほぼ毎月行っているレクリエーションですが、今月はみんなで梅田まで出て、映画を見てきました。タイトルは「県庁の星」。織田裕二と柴咲コウの主演で話題となっている映画です。

実はレクで映画を見に行こうか…という話になったときから何を見るかは、はほとんど決まっていた。それはグリーンズの女性陣の中に熱心な織田裕二ファンがいたからです。



スクリーンに織田裕二のはつらつとした顔が一杯に見られるというのに、まさか高倉健の洗面を見ているわけには行かなかったのです(同じころ隣の映画館で彼の主演映画も封切られました)。

話題の映画であることは知っていましたが、誰も内容についてはほとんど知らず、さあいったい全体どうだ、とみんなで客席に腰を下ろしました。

始まってみるとテンポの良い展開と気の利いたユーモア、人気俳優たちの生き生きとした演技に引き込まれ、終わるころにはさわやかな感動がみんなを包み込みました。

僕は正直あまり内容に期待してなかったのに、良い方に裏切られて満足なレクとなりました。

織田裕二ファンのメンバーに、とっても感謝しています。君は「グリーンズの星だ！」なんてね。(N)

ベジタブルレストラン・グリーンズ

営業時間 11:30~14:30 木・日・祝休
〒552-0021 大阪市港区築港 3-10-7
TEL/FAX 06-6574-2930
URL <http://7a.biglobe.ne.jp/~greens/>

コラム (グリーンズ)

朋あり遠方より来たる

亦たのしからず哉

いやあー、三月は施設見学のお客さんが多かったですね。十五日は天理市のグループワークのみなさん、十七日は西成区の家族教室のみなさん、二十日は守口市の授産施設「まんなまる」のみなさんと、たて続けでした。見学のあつたときはたいがい店を貸切りにして、食事をとって帰るも、たあとで施設の説明をしたり、メンバーさん同士の交流をさせてもらったりと、和やかで楽しい時間を一緒に過ごさせてもらっています。

しかし、大変なのが後片付け。

室のあとの余韻に浸るまもなく大量の洗剤が厨房探して待っているのです。オー・ジーザス！

今度見学を受けるときは、作業所体験と称して洗剤までやってみようかな、と考えています(もちろん冗談)。

大変ですがごちうらも良い刺激をたくさんもらえます。みなさんぜひまた来てくださいね！

※グリーンズのメンバーが先日ニュージーランド一人旅を終えて帰ってきました。近日その旅行記を掲載予定です。

	ワークみなと	グリーンズ	みなと憩寮
4月	14金 職員ミーティング	7金 ソフトボール大会	毎週月曜日 体重測定 14金 職員ミーティング 21金 4:00 運営委員会 27木 夕食
	18火 2:00 手話講座	11火 ポートネット運動会実行委員会	
	19水 大阪市作業所問題懇談会	14金 ソフトボール大会(2日目)	
	20木 ポップサーカス見学	職員ミーティング	
	グループワーク合同	15土 「しおり」総会	
	21金 4:00 運営委員会	21金 4:00 運営委員会	
5月	24月 ポートネット総会	22土 第3回フラワーアレンジメント教室開催	8月 誕生日会 14日 家族会総会 28日 NPO 総会
	27木 代休	24月 ポートネット総会	
		29土 ~ 5/6土 G.W.休み	
	14日 家族会総会	2火 特別サロン	
	23火 2:00 手話講座	14日 家族会総会	
28日 NPO 総会	28日 NPO 総会		