

オアシス つらしん

第79号 2020. 1. 6
諏訪圏域障がい者総合
支援センター オアシス
tel 54-7713/fax 54-7723



あけましておめでとうございます。本人もよろしくお願ひいたします。

■富士見町・原村クリスマス会

～ 12月7日（土）、にぎやかに開催されました ～

12月7日にオアシス クリスマス会（富士見町・原村交流事業）を原村地域福祉センターで行いました。自分の好きなお菓子やフルーツでパフェのようなケーキを作り、じゃんけん大会ではプレゼントを選んだり、ゆったりした楽しい時間を過ごしました。



みんなでトランプやジェンガなどを楽しみ、ぐらぐらゲームではなんと!人形を全部乗せることができました。

とても暖かくて、ホワイトクリスマスにはなりませんが、とても心温まる一日でした。



■ 12月の自立支援協議会報告

相談支援部会 4日（金）

- ・運営委員会、人材育成委員会の報告。
- ・「相談支援専門員に求められていることは何だろうか?」「障害児相談は難しいのか。障害児の相談支援事業所が増えない理由とは」について、グループごとに協議。
- ・相談支援専門員の変更について、（計画案）と（計画）様式の統一について提案。
- ・スキルアップ,研修について、支給決定時期について、計画作成前の再アセスメントの期間について、モニタリングの行政職員の参加について協議。

就労支援部会 10日（火）

- ・諏訪地域障がい者就職相談会、他圏域の就労支援部会の活動について報告。
- ・チーム共通カードより11/13の就職相談会での試行について報告。
- ・次年度以降の就労支援部会のあり方について協議。

■研修会・研究会・イベント21情報（詳しい内容は各団体、またはオアシスまで）

♣ 令和元年度 新任職員研修 諏訪地域障がい福祉自立支援協議会

諏訪圏域の障がい福祉関係事業所等で働く新任職員に対し、圏域の福祉資源や自らが所属する事業所の地域での役割を学ぶ場を提供することで、この圏域で暮らす障がいをもたれた方の生活を支援するネットワークを構築するための意識を高める。また、新任職員の不安感・孤立感を除去し、情報交換・共有がしやすい職員間のつながりをつくる。

2月21日（金） 9：30 ～ 16：30 受付9：00～

場 所：諏訪市総合福祉センターいきいき元気館 3階 交流ひろば（諏訪市小和田 19-3）

内 容：企画1 アイスブレイク

企画2 演習・講義形式：障がい福祉サービスに係る基本情報と
諏訪地域の「今」を知ろう

企画3 グループワーク・講義形式：分散会

分散会1 働く心構え 「きづいて」「きずく」働く姿勢

分散会2 ご本人を大切にす支援 「けんりようご」を考えよう

分散会3 障がいの基本情報 ～障がいて何?～

対象者：①諏訪圏域の障がい福祉関係事業所（入所・通所・利用は問わず）または障がい福祉行政で働くおおむね3年未満の職員。なお、行政関係で初めて障がい福祉関係課に配属された方または異動等で初めて諏訪圏域に配属された方は所属年数に限りません。

②昨年または一昨年の当新任職員研修に参加された方。

ただし定員を超えた場合は、初参加の方（①の方）を優先させていただきます。

参加人数：おおむね30人程度

昼食の申し込み：昼食は ご持参もしくは第2この街学園（から揚げ屋真心）で販売している から揚げ弁当（520円）を斡旋していますので、ご希望される方は参加申込書にご記入ください。

申込み・問合せ：申込み締切 1月24日（金）必着

分散会参加の割り振りがある為、参加申込書はできるだけ早めに提出してください。

事前課題の締切り 2月7日(金) 必着

事前課題についてはオアシスまでお問合せ下さい。

諏訪圏域障がい者総合支援センター オアシス 担当：笠原

Tel 0266-54-7713 Fax 0266-54-7723

E-mail info@suwa-oasis.jp

♣ 第27回 精神保健福祉セミナー

私たちは幸せになるために生まれてきた このご縁を 未来に向かってつなげよう！

3月 6日(金) 10:45 ~ 20:00 (受付 10:00)

18:00 ~ 20:00 交流会

会 場：ホテル圓山荘 (千曲市上山田温泉2-9-6)

内 容：セミナー「聞いてください！私たちの出会い～結婚～妊娠～出産～子育て」

コーディネーター 永井ひろみ氏 (ながい母乳育児相談室 助産師)

分科会① 医療に聞く！妊娠～子育てについて

分科会② 出会いたい！運命の人、気の合う仲間、パートナー

分科会③ 上手になりたい！職場でも使える昨日よりちょっとだけ上手になる
会話術

分科会④ 楽しみたい！みんなでワイワイレクレーション

分科会⑤ つながりたい！家族だから話せること

対象者：当事者、ご家族、障がい者支援に携わる支援者及び関係職員、一般

参加費：研修+交流会+宿泊 11,000円

研修+交流会 7,000円

研修のみ(半日、1日間わず) 1,000円

※せいしれん 非会員の方は、上記金額にプラス500円となります。

申込み：2月16日(日)までに、別紙申込書を事務局(一般社団法人 しょう)あて Fax
又はメールにて申込ください。

Fax 026-274-5185 E-mail info@show-nagano.jp

問合せ：せいしれん事務局(一般社団法人 しょう内) 担当：牧、上野

千曲市大字戸倉 1770 番地 1

Tel 026-274-5184 Fax 026-274-5185

♣ 令和元年度 高次脳機能障害研修会(東信地域)

この研修会は、高次脳機能障害の方の早期職場復帰・社会参加の実現のため、当事者とその家族、支援者等への情報提供や情報交換の場を提供することを目的とし、平成16年度から東信地域の高次脳機能障害支援拠点病院である佐久総合病院が中心となり開催しています。

今年度は改めて高次脳機能障害の基礎的な知識を学ぶことをテーマに、長野保健医療大学教授の中島八十一氏に講演をお願いしました。

1月25日(土) 13:30 ~ 15:30 (13:00 ~ 受付開始)

会 場：佐久平交流センター 第5会議室(佐久市佐久平駅南4-1)

内 容：講演会 「高次脳機能障害の基礎知識、困った時の対処方法など」

講師 長野保健医療大学 教授 中島八十一 氏

定員：150名

参加費：無料

申込み：別紙申込書に必要事項を記入の上、1月17日（金）までに 電子メール、FAX
又は郵送でお申込みください。

申込み先・問合せ：申込期限 1月17日（金）

長野県健康福祉部 障がい者支援課在宅支援係

Tel 026-235-7104 Fax 026-234-2369

E-mail fuku-zaitaku@pref.nagano.lg.jp

〒380-8570（住所記載不要）

♣ ザワメキアート展 2019

障がいのある人が表現した作品に向き合ったとき
どこか心がザワザワとし不思議な感覚を覚えるものがある
忘れていた 眠っていた 自分の感覚のどこかが
くすぐられたり 揺さぶられたり・・・

そんな作品を展示します。

会場：松本市美術館 2020.1.24（金）-2.2（日）

会場：佐久市立近代美術館 2020.2.8（土）-2.24（月）

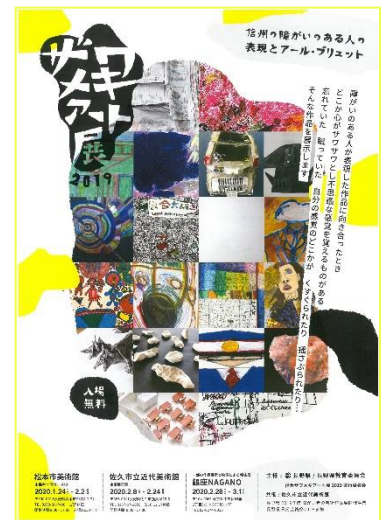
会場：銀座 NAGANO 2020.2.28（金）-3.1（日）

入場料：無料

問合せ：信州ザワメキアート展 2019 実行委員会事務局

（長野県障がい者福祉センター「サンアップル」内）

長野市下駒沢 586 Tel 026-295-3441



♣ ガレージとーく うつ病で、語る、つながるミーティング

『ガレージとーく』は、うつ病の当事者を対象としたピアサポートの場です。

ミーティングでは当事者同士が集まって悩んでいること苦しんでいること、思っていることなどを話します。

周りの人にはなかなか理解してもらえない「生きづらさ」や
「心のモヤモヤ」を共有し支え合うことで繋がりや癒しを
感じてみませんか？

1月19日（日） 13：30～16：30

会場：塩尻市市民交流センターえんぱーく 2F 会議室 203

参加対象：診断や疾患に関わらず、うつ症状のある方。

ご家族、支援者の方も参加可能です。

事前にご相談ください。

定員：7名（申込み先着順で定員になり次第締め切ります。）

参加費：500円（会場費・運営費として）

申込み・問合せ：任意団体うつリカバリーエンジン 代表 長谷川

Tel 090-4823-7494 メール garagetalk@u2recovery.org

ガレージとーく 第68回ミーティング

うつ病で、語る、つながるミーティング

- 日時：2020.1.19(日) 13:30~16:30
- 会場：塩尻市市民交流センターえんぱーく 会議室203
- 参加対象：診断や疾患に関わらず、うつ症状のある方
- 定員：7名（申込先着順で定員になり次第締め切ります）
- 参加費：500円（会場費・運営費として）
- 参加申込：電話・メール・申し込みフォームにてご応募

※ 毎月1回の開催を予定しています。日程はホームページをご覧ください。

『ガレージとーく』ってどんなところ？

【ピアサポート】とは、「経験」という言葉のアナと「交流」を軸とするサポートを目的とした場です。同じ病気の人が悩みや経験を共有し、交流し合う場です。『ガレージとーく』は、うつ病の当事者同士が悩みや経験を共有し、交流し合う場です。毎月1回開催予定です。毎月1回は必ず開催します。毎月1回は必ず開催します。毎月1回は必ず開催します。

※ 毎月1回の開催を予定しています。日程はホームページをご覧ください。

任意団体 うつリカバリーエンジン
 電話：090-4823-7494（代表：長谷川）
 メール：garagetalk@u2recovery.org
 ホームページ：https://u2recovery.org

■リレーすいそう 第79回

【ソレイユ 吉田 由香里 さん】

新しい年になりました。昨年も皆さまには大変お世話になりました。本年もよろしくお願い致します。

虹の家の下田さんよりバトンを受け取りました、就労継続支援B型・就労移行支援事業所ソレイユの吉田です。ちょうど10年前の1月に同じ法人の虹の家で勤め始めて、7月にソレイユが開所するので異動することになり、それからソレイユで働かせて頂いています。10年という節目の時にこのようなお話を頂いて、縁を感じながら文章を書かせて頂きました。

私は松本市出身なので岡谷市で働き始めるとなった時、塩尻峠を越えて見えてくる諏訪湖の景色がとても綺麗で感動したことを今でも覚えています。独身の時はよく、諏訪湖沿いにある美術館や温泉巡りをしていました。結婚して子供がいる今は、なかなかゆっくりできる自由な時間はないですが、子供と一緒に諏訪湖沿いを散歩したりすることが息抜きになっています。夏は諏訪湖花火を打ち上げの近くまで見に行くことも楽しみの一つです。



この仕事を始めて10年と書かせて頂きましたが、最初はわからないことだらけでご利用者さんとの接し方にも戸惑いや悩みが多かったです。「就労経験のない私が就労支援をどうやったら良いのだろう」「本当の気持ちに寄り添えているだろうか」「私が発した言葉で調子を崩したらどうしよう」と悩みながら、上司や他の職員に相談しながら少しずつ経験を積み重ねてきました。(今でもまだまだ経験不足ですが…)

そのような中でも、常に心がけていることは、「褒めること」です。本人のできない部分に注目するのではなく、できる部分に注目して、本人の強みを生かす「ストレングス視点」について研修でもよく聞きます。何回も何回も聞いたことのある言葉です。ですが、これを実践することが難しい。ただ褒めれば良いという訳ではなく、本人との信頼関係がしっかり築かれていないと褒めた言葉が相手に届かなかったり、褒められてついた自信もすぐにポキッと折れてしまいやすかったりするので、どのように支援をしたら本当の支援になるのかなと日々葛藤しています。

これからも、本人の想いに寄り添いながら、一緒に成長をしていけるような支援者でいたいと思います。

今後ともどうぞよろしくお願い致します。

(次回は、諏訪養護学校 宮坂菜穂子さんにお願いします。)

■1月の日程(自立支援協議会、オアシス)

- 1月 9日(木) 13:30～ 運営委員会
- 10日(金) 16:00～ グループスーパービジョン
- 21日(火) 10:00～ フェスティバル実行委員会
- 22日(水) 15:00～ 医療的ケア部会
- 24日(金) 10:00～ 人材育成委員会
- 27日(月) 13:30～ 発達障がいデイケア
- 31日(金) 13:00～ サービス管理責任者・児童発達支援管理責任者・相談支援専門員・行政職員 合同研修

■オアシスたいむ 71 『お菓子のツリー ♣』



去年の事ですが・・・

クリスマス、オアシスのスタッフがお菓子のツリーを作ってきてくれました。チョコやアメで出来ているツリーはスタッフがひとつふたつと取っていき、全部おいしくいただきました。

このツリー、土台は瓶ですが、瓶に直接セロファンテープがくっつかないということで、瓶の上にペットボトルを短めにしたものを被せ、そこにお菓子を貼り付けています。

どこから こんなアイデアが浮かんでくるのか？
毎年、脱帽です。🙇🙇🙇

真似して、お正月に赤や白のおめでたいカラーで作ってみました。

この お菓子のツリー、みんながにっこりします。
色んな行事に使えるそうです。

