

2009年 6月 25日発行

NO. 25

力 ム ニ テ イ ー
翔 夢 N i t y

発行：NPO法人「翔夢」

発行責任者：西脇 朗夫



特定非営利活動法人 翔夢

相談支援事業

ホープネット

TEL (06)6760-6167 FAX (06)6760-6168

就労継続支援事業

ドリームネット

TEL (06)6760-6181 FAX (06)6760-6182

地域活動支援センター

ハートネット

TEL (06)6760-5343 FAX (06)6760-5344

生活介護事業

ジョイネット

TEL (06)6155-9901 FAX (06)6155-9902

大阪市平野区長吉長原2-14-15

TEL (06)6760-6167

<http://www.npo-cam.org/>

e-mail: nandemosoudan@npo-cam.org

表紙の絵は河田さんが描かれました

もくじ

- P 1..... 表紙
- P 2・3... 心理社会的治療
- P 4..... ジョイネット取り組み
- P 5..... お風呂ができました
- P 6・7... メンバー紹介、お知らせ
- P 8..... 厨房から、お知らせ

1111の病気基礎講座

病気になったときの

心理社会的治療

前回、社会的入院を解消するために退院促進事業を国レベルで行っているが施設自体の受け入れ先がまだ少ないことを説明しました。今回は、病気になるってしまったときどうやって治療していくかをお伝えしていきます。治療には大きく分けて薬物療法と心理社会的治療があり今回は心理社会的治療を取り上げていきます。

心理社会的治療とは、個人の心理や環境に働きかけて症状や社会的機能の改善をめざす治療です。同じ意味を持つもので環境療法や精神科リハビリテーションともよばれます。そして、治療法としては主に以下のような治療方法です。

個人精神療法

治療者と患者（クライアント）が一对一の状況で、主として言語的な交流を行いながら疾患や障害の洞察を深めたり、行動変化を獲得したり、認

知の変化をめざしたりする。主として精神科医や精神保健福祉士が担当する。

集団精神療法

小集団と大集団に分か

れる。小集団には、相互理解や共感をベースとする支持的グループ、疾患・障害の理解をめざす教育的グループ、対人行動の改善をめざす生活技能訓練、感情発散や自己洞察をめざすサイコドラマなどがある。このなかで生活技能訓練は、ロールプレイなどの行動療法的要素を取り入れ、重度の精神障害にも適応でき、効果が広く確認されている。運営されるコミュニティ・ミーティング、

グ、共通の問題を抱える人が相互援助・相互交流を通してニーズを満そうとする自助グループがある。

生活療法

生活指導、作業療法、レクリエーション療法に大別される。それぞれ日常の基本的活動（身辺自立・服薬自己管理・金銭管理など）、作業・職業領域の活動、余暇活動の各領域で行動改善をめざす。活動メニューとともに治療者との個人的かわりが重要である。効果には多くの要素が関係し、例えば作業療法では、興味関心の広がり、作業能力の強化、製品完成の達成感、作業療法士

との接触による自尊心の獲得などが治療的に働く。

家族療法

家族が疾患について学習し、新たなコミュニケーション技能を獲得し、問題解決能力が向上することをめざしている。これにより家庭環境の情緒的雰囲気が変わり、疾患の予後が改善したり（再発予防）、家族の負担が軽減される。数家族が集まる家族教室形式で、五〜一〇回シリーズで行うことが多い。家族は疾患や薬物療法を正しく理解し、自責感から解放され、危機対処の仕方を取り方を覚え、またほ

かの家族への援助で自信を回復する。

以上のプログラムを組み合わせて、治療を提供している施設を心理社会的治療施設と呼ぶ。病院内の施設としては、退院促進やケアの連続性をめざす社会的復帰病棟、生活リズムの改善・再発防止・対人機能の改善など多くの機能を持っているデイケア・ナイトケア・デイナーナイトケアがある。社会復帰施設では、安定した地域生活への移行をめざす各種の居住施設とプログラム、職業訓練を提供する多種の施設のプログラム、日常生活のサポート・自立促進を図る地域活動支援センターなどがある。

心理社会的治療が有効に働くには、薬物療法などの医学的治療法と上手く組み合わせることが重要である。

障害施設が地域に必要なのは、病気になつてしまったとき昼間に何処にも行くところがない、行くことができないことがあります。もし、施設がなければ家にずっとおり本人はもちろんな家族にも精神的に健全でいられなくなり、ますます病気が悪化します。まず、外に出られる環境をつくり、人と接して学ぶことが人間には必要だと思えます。人は人と出会いコミュニケーションをとる人間は成長し、変わること出来るのです。

また、障害者同士の交流により支えあうことを学びます。同じような境遇の人と交流し同情でない本当の支えあいができるのではないのでしょうか？

しかし、これらを行うには施設があるだけで行いうことが出来ません。地域や周りの人の支えも必要なのです。近年、精神病も増え、自殺者も増え続けています。もう他人事ではないのです。同じ人間です。理解し合い助け合っていきましょう。

（山本）

参考資料

精神保健福祉白書

二〇〇七年版

障害者自立支援法

「混迷の中の船出

井上新平

ジョイネットの取り組み

ゴミ拾いに行こう

生活介護事業ジョイネットでは毎日、午前と午後で利用者さんが参加する取り組みを実施しています。ジョイネットの取り組みには室内ゲームやカラオケなど楽しくワイワイ過ごせる取り組みもあれば、手話講習やヘルパー講習などとても実用的な取り組みを実施する日もあります。

ゴミを利用者さんと一緒に拾いに行くわけですが、本当の目的は清掃活動を通じて利用者が力を合わせるきっかけをつかむことに意義があると考えています。

現在はゴミ拾いの場所はジョイネットと翔夢の事務所がある作業所までの道のりが中心となっていてます。途中には公園や大きな本線道路があり、道端にとても多くのゴミが捨てられていることに驚かされます。何気にも日々歩いていく道が、よく見れば知らず知らずのうちに汚されている

今回紹介するのは、月に二回、実施している「ゴミ拾いに行こう」です。

この取り組みは簡単に説明すればその名前のとおり道などに落ちている

ることにこの取り組みを始めてから気付くようになりましだ。

清掃活動にはゴミ袋と拾いばさみという簡単な道具を用意して行っています。参加される利用者さんにはどちらかをもつてもらったり、車いすで参加される利用者さんを押しももらったりして連携をとって活動をしていきます。ひとりひとりの感覚もあり大きいゴミを中心に見つけてくれる方もいれば小さなゴミでもはさみで一生懸命拾おうとしてくれる方もいます。また散歩を兼ねて外の景色を楽しまれる方もいます。とはいえ、外出活動であり、また歩く速さにも個々の違いがあるため

利用者さんの協力なくして安全な清掃活動を行えません。そのため、先頭の方を基本のペースとして、もし後方との差が広がるのであれば、みんながきちんと目的の場所を待ち、後続の方が到着してからゴミ拾いを開始します。列が乱れたときも道いっぱいに広がるのではなく、先頭と同じコースを歩いてもらえるように連携をとって活動をしていきます。

ゴミ拾いはジョイネットに戻るまで約三〇分ほどですが、到着するころにはゴミ袋に沢山の空き缶や煙草の吸殻があります。到着後はひとりひとりの到着の確認と手洗いうがいをお願いして取り

組みを終了としてい
す。午前中の取り組み
あるため参加して歩い
後は適度な運動にもな
お腹がすいた私にとっ
て、ジョイネットの厨房
から漂うお昼ごはんの匂
いは格別です。私以外
もそのように感じる参加
された利用者さんは多い
のではないのでしょうか？

これから「ゴミ拾い
に行こう」という取り組
みを通して私たちの町の
美化活動を続けると共に
助けあい協力しあう姿勢
が学べるこの活動を大切
にしていきたいと思いま
す。



(雑賀)

ジョイネットに待望の お風呂が出来ました！

今までもお風呂はあり
ましたが、あくまでも簡
易的なものでした。

ゴールデンウィーク中
に設置工事を行い迎えた
五月七日。すっかりした
浴槽を設置、さらにスト
レッチャーも加わり、ど
なたでも安全に入ってい
ただく事が出来るようにな
りました。一か月がた

ち、始めは今までの違
いに、入るメンバーさん
も介助する職員も不慣れ
ところがありませんが、
一人ひとりのメンバーさ
んに伺いながら行ってい
く中で、今ではスムーズ

になりました。昨年
夏は、扇風機
をまわ
して暑
さを乗
り切っ

に入って頂く事
ができていま
す。今までシャ
ワーのみで、長

い間お湯につかった事が
ないと言うメンバーさ
ん。この機械ならとドキ
ドキしながら入湯してい
ただきました。やっぱ
り気持ちいいと涙を流し
て喜んでおられました。

よくよく聞けば一〇年ぶ
りとのこと。私たちも喜
んでいたいただき嬉しくなり
ました。

昨年
夏は、扇風機
をまわ
して暑
さを乗
り切っ



ていた。この冬は電
気ストーブで乗り切っ
ていただきました。

新しいお風呂では、夏
は涼風機が備わって
います。快適な中で、お
風呂に入って頂けること
が何より嬉しいです。ま
だ見てないという方は、
是非ジョイネットへ見学に
お越し下さい。(竹内)

メンバー紹介

翔夢の施設を利用されているメンバーの方をご紹介します

が、さまざまなか、さまざまな職業経験から、軽作業チームの様子も気になるように、作業の手順とか、道具の工夫、作業場の片付けなど、しば

こともあります。今年、

大阪大会の予選を見に行きます。大阪桐蔭高校を応援しています。土、日にヘルパーさんと野球を見に行ったりします。プロ野球は阪神を応援しています。ジョイネットでは、中森クンとお話することです。中森クン大好き。だけども、たまに困らせることもあります。やさしいやさしい沖田さん。毎日一人で

(文・中森)

みんなにアドバイス

松村 美登志 さん

作業はインターネット

検索をつかったデータ入力や名簿入力です。ドリームネットの作業は、パソコンと軽作業に分かれていて、松村さんはパソコンチームなんです

しば「見るに見かねて」のアドバイスを頂いてしまいます(実はこれには職員も助かっていました)。

連発されたり、少し世代の違うメンバーたちの輪にも入っていかれたり、実は大変ささくな方です。

電車に乗って通っています。お散歩大好き。よくジョイネットの周りを歩いています。スポーツ大好き。野球が好きで、キャッチボールなどもやってみたいです。音楽大好き。カラオケでは福山雅治の「桜坂」、海援隊の「贈る言葉」を歌いました。新しく結成された合唱団にも入っています。いっぱい聞いても、員さんに話を聞いてもらっています。四月に入ったばかりでまだ慣れていないけれど、たくさんメンバーさんと仲良くなつて、ジョイネットで楽しい一日を過ごしていきたいと思います。

野球大好き

徳田 幸太 さん

こんにちは、徳田幸太(とくだこうた)です。

生活介護事業「ジョイネット」に所属しています。今年の四月から通所し始めた新人です。僕は、高校野球が大好きです。夏に甲子園へ行った

今年、

光り物が大好きなMさん。か細い左腕にはビーズのブレスレットが六本、その他のブレスレットと時計等を合わせて合計一〇本。指輪が大小合わせて五個、それとネックレスが二本、以上が小柄（一四三センチ）な体を飾っています。時々薬の影響でしんどくなる時もありますが、愛嬌いっぱいには振る舞っています。毎日休まず、片道二〇分をゆっくり歩きながら通ってきて、作業をマイペースにこなします。ただお母さんの心配は、家での炊事・洗濯等がな

光りもの大好き
Mさん

イオン幸せの黄色い レシートキャンペーン

イオン株式会社様のキャンペーンとして行われています。趣旨は、全従業員が地域への社会貢献活動を行う「イオンデー」に、地域で活躍されているボランティア団体などに対し物品をもって助成するものです。



設置されている『翔夢』のBOX

毎月11日の「イオン・デー」に買い物をするとレシートが黄色になっています。店（ジャスコ喜連瓜破駅前店）に設置された「NPO法人翔夢」の投函ボックス（写真）にレシートを入れてください。みなさまのご協力をお願いいたします。

かなかできてないこと。だからこれからはヘルパーさんなどの助けをかりながら身の回りのこと。や家庭のことも『きれいに』にする練習をしてみたいと思います。（文・安河内）

お仕事おまかせください!

翔夢では、メンバーの障害に応じて、パソコンを使っての各種作業や軽作業などを分担しています。



- 各種データ入力
- 名刺・チラシ
- インターネット検索
- ホームページ制作・更新
- 組み立て作業
- 袋詰め作業 など

お気軽にご相談ください

NPO法人 翔夢 ドリームネット TEL 06-6760-6181 担当：石井

厨房からのお便り

食中毒防止

のために

これから梅雨の時期に入ると、外出する予定も立てにくくなりますね。そんな時は家で美味しいお料理を作ってみてはいかがですか？梅雨の時期は気温と湿度が上がつていき、それに伴い食中毒の原因となる細菌も増えやすくなります。食中毒防止のために「つけない」「増やさない」「殺す」の三原則を守りたいですね。食中毒から身を守るポイントを次に挙げていますので参考にしてみてください。

【手洗い】

帰宅後は石鹸をよく泡立てて、両手の指の間までしっかりと洗う。

【買い物】

冷凍食品に霜がついていないか、要冷蔵と表記された商品が冷やされているか、食品がきちんと管理されているかをチェック。

【食品の保存】

食品は表示どおりに冷蔵庫で保存を。ただし冷蔵庫に詰め込みすぎず、容量の七〇%以内に抑える。

【下準備】

調理時は、汚染された食品に触れた手で他の食品に触るだけで二次感染につながることも。布巾やタオルは清潔に保ち、まな板や包丁は食材ごとに使い分け、

その都度洗う。

【加熱調理の基本】

加熱の目安は、食品の中央部の温度が七十五度の状態で一分以上加熱を。また、卵は調理の直前に割り、揚げ物は中まで火が通るように低温でじっくり揚げる。

【残り物の保存法】

料理の残り物を容器に入れ直すときは、新しい箸やスプーンを使い容器に入れる。再加熱は七十五度以上が目安。冷めた料理は冷蔵庫・冷凍庫へすぐ保存。

【食器の洗い方】

予備洗いで表面の汚れを落とすことから、洗剤液をつけて洗う。



募金・賛助会費振込先

郵便振替

口座番号 00980-8-317336

口座名称 特定非営利活動法人 翔夢

三菱東京UFJ銀行 平野南口支店

口座番号 普通 4636394

口座名称 特定非営利活動法人 翔夢

賛助会員にご入会をお願いします

日頃からの翔夢の事業にあたたかいご支援をいただきありがとうございます。今後も翔夢の事業をさらに大きくしていきたいと思っておりますので、私ども『翔夢』の賛助会員に入会をお願いいたします。