

夢を育て、力をあわせてはばたこう！

2011年 6月 25日発行

カ ム ニ テ イ ー  
**翔 夢 N i t y**

NO. 40

特定非営利活動法人 『翔夢』  
障がい者ふれあい交流センター

〒547-0031  
大阪市平野区平野南3-8-16  
TEL (06) 6760-6167

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

e-mail: [nandemosoudan@npo-cam.jp](mailto:nandemosoudan@npo-cam.jp)



特定非営利活動法人 翔夢 法人本部 大阪市平野区平野南3-8-16

**障がい者ふれあい交流センター**

大阪市平野区長吉長原2-14-15

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 (B型) 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

**障がい者ふれあい交流センター 第2**

大阪市平野区長吉長原2-11-8

生活介護事業

ジョイネット

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

**障がい者ふれあい交流センター つるみ支所**

大阪市鶴見区浜4-18-7

就労継続支援 (B型) 事業

ワークネットつるみ

TEL (06) 6912-7333 FAX (06) 6912-7334

## ご協力のおねがい

NPO法人「翔夢」では、アルミ缶のリサイクル活動も行っております。近隣ならばお伺いいたしますので、ご協力をお願いいたします。

ご連絡は下記へ。

ハートネット

TEL (06)

6760-5343



## 翔夢Nity. 40 もくじ

- P1..... 表紙
- P2..... 厨房より・お知らせ
- P3..... こころの病気基礎講座
- P4..... 写真クラブのとりくみ
- P5..... 女性倶楽部
- P6..... 職員紹介
- P7..... メンバー紹介
- P8..... 翔夢の相談日記

表紙の写真は、ジョイネットで行われているバザーの風景です。

## 厨房からのお便り

はじめまして四月二十五日からお世話になっております、厨房担当の中村 真です。

小学校の頃からお料理を作ることが好きになり、気づけば調理の仕事をしておりました。

以前、中華料理のレストランで働いていましたので、得意料理は中華料理です。

その中でも海老のチリソースが一番の得意メニューです。中華料理は油っこいイメージがありますが、カロリーは洋食よりはかなり少ないお料理です。

今まで勉強してきたことを発揮できるように頑張ります。

よろしくをお願いいたします。

これからも厨房のスタッフ一同、みなさんに美味しいと言って頂けるメニューを作っていきます。



## 賛助会員入会のお願い

「翔夢」の活動をご理解いただき、賛助会員に入会をお願いいたします。

## 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

## 「パニック」の病気基礎講座

### 「パニックって何だろう？」 その「1」

こんにちは！こころの病気の基礎講座の時間がやってまいりました！今回も張り切ってまいりましょう！

さんは是非イメージをしてみてください！

#### （事例）

今回は「パニック」についての女性A子さんのお話です。と、怖いホラー映画等と、

#### 「キャラクター」

なんて悲鳴をあげて混乱する主人公：というシーンが頭に浮かぶかもしれません。確かにあのようなシーンもパニックの一つです。でも実は何気ない光景の中で何気なくパニックに陥っている事があるのです。では皆さんに一つ事例を出しましょう！皆

動悸や呼吸困難感に襲われるといった症状がでたため、病院に行つて受診したところ、「パニック障害」との診断を受けて薬を用いた治療を受けるようになりました。

A子さんは治療により一度は症状が落ち着きましたが、その後管理職に昇進したことで人間関係がより複雑化し、ストレスも蓄積していききました。ある日A子さんは会議中にパニック発作が出現し、その後もしばしば繰り返すようになりました。発作への不安から入社することも次第に困難となつてしまいました。



以上、A子さんの事例を紹介しました。どうやら悲鳴を上げるといふような事だけではなく、動悸・呼吸困難もパニックの症状らしい。。。。さあ、これはどういうことなのでしょう。今回はパニックについて踏み込んで解説をしていきます。キーワードは「不安」です。

#### 参考

「こころの耳」  
働く人のメンタルヘルスポータルサイト  
心の健康確保と自殺や過労死などの予防

【事例1-18】パニック障害にて休職に至った女性管理職の事例】を読者向けに修正・加筆しました。

<http://kokoro.mhlw.go.jp/shien/jirei-s/men1-24.html>

(さとうたくみ)

翔夢きっての個性派集団、写真クラブです。メンバーの写歴もまちまち、撮りたいものも色々ですが、月に一回、テーマを決めて作品を持ち寄り批評しあっています。時にはみんなで屋外に撮影会に行くこともあります。同じ日、同じ場所でも目の付けどころはみんな違い、撮る写真は実に

## 個性派集団

# 写真倶楽部



## 作品介绍

個性豊かです。

これまでに二回、クラブ主催で写真コンテストも開いています。自己表現の場、意見を言いあえる場としてこれからも続けていければと思います。

(掲載の写真は、五月の例会で、各自がベストショットに選んだものです。)



# 女性クラブの ページ



私は平野区の（障がい者ふれあい交流センター「翔夢」）に通所して七年になりました。週三回の通所は楽しみのひとつでもあります。昨年、翔夢にも色々な障害を持った女性たちが話し合える場、「女性クラブ」が職員の協力で行いました。月に一度、十数人のメンバーさんたちが集まり話し合の中で、ほとんどの人が独身者なので、やはり結婚問題が話題になります。障害を持つ女性にとって結婚は、勇気、積極性、そして工夫がいりません。私も同じでしたので。私ごとになりますが、三十九年前、右手第一関節切断の人と結婚し、翌年、長男を儲

けました。しかし、長男を産むについては身内から大反対されて、私自身も出産の方ではそれほど問題はなかったが、両手の障害が重いので、育児の世話の面では不安でした。そんな私に主人は、全面的に協力するから、と言ってくれたので生む決心をしたのです。私たち夫婦は身内に縁が薄く、結婚して自分たちの家庭を持ち、子供を儲けることが夢でした。健常者ならそれが当然なのですが、障がい者家庭の中で育つ子供は、成長とともに素直に育ってくれらるうか、子育て、（幼児の世話、しつけ、教育）は出来るだろうか。

その半面、子供が次第に成長していくのを見るにつれ、癒される思いでした。特に主人は子煩悩な人だったので、人一倍協力してくれました。長男を出産して二年後に二男が生まれ、その四年後には長女を生み育てました。私の母は最初は子供を生むことに大反対でしたが、三人目を生む時には、今度は女の子だといいのに・・・多分、私の子育てを認めてくれて孫が可愛かったのだと思います。主人は二十三年前に亡くなりましたが、三人の子供たちも今は立派に育ってくれて、主人は私に宝物を残してくれました。本当に感謝しています。

## 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。

<input type="checkbox"/> 各種データ入力 <input type="checkbox"/> 名刺・チラシ <input type="checkbox"/> インターネット検索 <input type="checkbox"/> ホームページ制作・更新	<input type="checkbox"/> 組み立て作業 <input type="checkbox"/> 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



北得 綾子





