

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 ィ ー

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

翔夢Nity

NO. 40

〒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



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、怖いホラー映画等で

「キーン—————」

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

事務職で働いている三〇代のA子さんは几帳面な性格でルールを厳守し、柔軟性に欠ける傾向にありました。A子さん自身は「自分は仕事人間である」と考えており、仕事に高いプライドを持っているために、すべて自分ではないと気がすまない性格でした。こうしたことから、しばしば、仕事上で同僚と衝突し、ストレスの原因となっていました。ある日、自宅で突然の

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。発作への不安から出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118】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かける場、「女性クラブ」が職員の協力で実行しました。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。

女性クラブのメンバーの皆さまも、勇気や積極性を出して、前向きに頑張ってください。

北得 綾子



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、パソコンを使っで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

メンバーと

一緒に考えながら

北角 昭

二月よりNPO法人翔夢のつるみ支所として開所しました『ワークネットつるみ』の北角昭です。翔夢と携わって五年が経ち、一般企業では定年を迎える年ですが、今回ここで作業全般を任されることとなりました。ここ『ワーク

洗濯機・乾燥機も導入して、リネン業者様の協力を得て本格的に、業務用タオルやエステサロンのガウン類の洗濯・乾燥なども行っています。最初は本当に何も知らないことばかりで、協力をして下さっているリネン業者様に洗濯・乾燥の基本から教えていただきました。

導入から半年が過ぎた今では、機械の使い方（洗剤・他の薬品の量・簡単なプログラム）など基本的なことをメンバーさんも把握してくれるようになり、共に作業を進めております。また『ワークネットつるみ』では就労を目指す人のために、実習先の紹介や訓練先などの紹介（今は協力を

翔夢の職員紹介

日常の仕事や想いを書いた
いただきました



をして下さっているリネン業者様に訓練として交代で三〜四名が行っております）などの支援を行っています。

お知らせ

7月の地活運営会議を下記の日時で行います。
お忙しいとは思いますが、ご家族様、関係者様方のご出席を頂きますようお願い申し上げます。

日時：7月20日（水）

14:00～16:00

場所：NPO法人翔夢

障がい者ふれあい交流センター

（ジョイネットⅡ）

問合せ：TEL（06）6760-5343

安河内

私の仕事としてはいろいろな（す）。最後に開所するにあたり、メンバーさんに洗濯機の使い方や、一歩進んで効率の良い作業の仕方などをメンバーと一緒に考えながら作業を進めておられます。最後に開所するにあたり、メンバーさんに洗濯機の使い方や、一歩進んで効率の良い作業の仕方などをメンバーと一緒に考えながら作業を進めておられます。最後に開所するにあたり、メンバーさんに洗濯機の使い方や、一歩進んで効率の良い作業の仕方などをメンバーと一緒に考えながら作業を進めておられます。

東日本大震災の被災に遭
われたみなさまに、心からのお
見舞いを申し上げますとともに、
1日も早い復興をお祈り申し
上げます。

翔夢の 相談日記

最近相談の件数がものすごく増えています。どれくらい増えているかと言うと、この原稿が打てないほど増えています。要因は二つ程考えられます。ひとつは翔夢の取り組みが様々なところに浸透し出しそこからの相談である。もうひとつは、様々なところへ行ったが解決されず私の所ま

で来るケース。このケースのほとんどが難ケースと思われるますが意外とそうでないケースも多くあります。そのほとんどが支援策のないケースであって、どうしていいのかわからないケースなのです。例えば、「あなたは発達障害だ」と言われたとする。その後、どうしたら良いかかわからないケース。作業所も発達障がいの方専門の所もなく、就職しようにも上手くいかず在宅で、将来の不安がどんどん深くなる等「私はどうしたらいいのか？」という悩みが本人や家族から寄せられます。翔夢では「それならうちにおいてよ」とすぐに解決するが、よその地域では簡単には行かない。発達障害の方にはどのように対応したらいいかわかってないからです。だから翔夢では遠方から通ってくる人も少なくありません。その地域で上手くいかなかった

方がたくさん来られています。そのような方がうちの評判を聞き、相談にやってきました。ある時は病院に向き、またある時は役所に向き、またある時はハローワークにと他地域の方は余計に時間がかかります。でもそれだけ対応するところが少ないのです。働ける方でも、ご自身の障害がご自身で理解されておらず、自分に合わない就労先を見つけ失敗する。それを繰り返すと、「自分は就労出来ない」と思い込む。これにはどんな支援が必要なのか？みなさんわかりますか。それは、この方の症状を理解し、分析し、そして行動を支援してあげると、その事が必要なのに、それらを行う機関がない。病院もハローワークも本人まかせ。家族ですら付いていかな

い。発達障害は客観的に物を見る事が難しい障害です。なのに誰一人支援者もないままに判断を求められる。そして、その対応した人の考えひとつで判断が下されているのです。上手くいくと思いませんか？ですから私は出来る限り判断の必要な所へは付いて行くようにしています。情報を集め、その情報をまとめ本人に解りやすく伝え、今後の人生のプラン設計をしご本人に選んでもらう活動をしています。しかし、こうした事も行政的には何の制度もなく、対応者も様々な知識が求められないのでますますボランティアになっ