



たんぽぽだより

2018年 12月 364号

西脇市地域活動支援センター
ワークホーム たんぽぽ
〒677-0025 兵庫県西脇市大野 175
TEL&FAX 0795 (22) 8149
<http://www.eonet.ne.jp/~whtanpopo/index.html>
E-mail whtanpopo@zeus.eonet.ne.jp

今年もあっという間に12月になりました。今年たんぽぽバザーも30回を迎えることが出来ました。地域の皆様、ボランティアの皆様、いろいろな方々に支えられた30年でした。ありがとうございました。

平成とともに歩んできたたんぽぽですが、これからも誰もが安心して暮らせるように私たちも頑張っていきたいと思えます。そして来年もまた、みんなで楽しく元気にお仕事していけたらと思えます。



12月の予定

- 4日(火).....クリスマス会
- 5日(水).....大橋ラーメンさんご招待
- 6日(木).....運営委員会
- 7日、14日(金).....音楽療法
- 10日(月).....習字
- 19日(水).....お茶
- 21日(金).....お誕生会・調理実習
- 28日(金)～1/4日(金).....冬休み



11月4日(日) 都麻の里さわやか交流祭
11月23日(金) いきいきふれ愛まつり

クッキー等の販売をさせていただきました。
ありがとうございました。



11月13日(火) 民生委員さんが見学に来られました。Tさんは時間が近づいてくると、来られたら座ってもらおうと自分の横にイスを置いて楽しみにされていました。事務所での話が終わり入って来られると、皆さんTさんのまわりに来てくれてお仕事をみたり、お話もたくさんして下さいました。

少し離れた席でお仕事されていたOさんとHさん。Hさんはいつも通り黙々とお仕事されていましたが、Oさんはいつもと違う感じに仕事の手が止まっていた。しばらくすると急に席を立つのでどこにいくのかなと思ったら、ひとりの人の手をつかんで自分の席のところにつれて来られました。Oさんもお仕事をみてほしかったようです。その後Oさんも皆さんにみてもらいながらお仕事を再開されました。



講演『精神疾患からのリハビリ志向の家族関係
～自己肯定感を高め合う関係づくり～』

講師 幸地クリニック 中元 康雄さん

11月29日(木) 講演会に参加させていただきました。精神疾患からの本人と家族の回復に向けての関係づくりのお話で、大切なことはまず、家族が健康な生活のお手本になる。自己肯定感を生成するプロセスを保障する環境づくり【(自分のチカラで) 考え⇒判断⇒行動⇒結果】。指導や助言は出来ているところをきっちり認めた上で改善点を示すことです。家族から本人に向かっての「おはよう」「いってらっしゃい」などの声掛けや他愛のない話の大切さ、肯定的な伝え方、“わたし”を主語にした言い方、自分の感情を言葉にする伝え方など自己肯定感を高めるコミュニケーションの方法なども教えていただきました。難しいお話でしたが、とても参考になりました。