

社会福祉法人 北九州精神保健福祉事業協会

北九州市立 浅野社会復帰センター 発行・編集

〒802-0001 北九州市小倉北区浅野 2 丁目 16 番 38 号 北九州市立浅野社会復帰センター

TEL:093-531-3823・093-513-2570 FAX093-513-2571

ホームページアドレス <http://k-seishin.jp>

Eメールアドレス information@k-seishin.jp

11月号目次

1面：目次/法人理念/知って得っcha! 2面：浅野社会復帰センター「就労教室の紹介」

3面：ひこうき雲行事予定表 4面：JSC 黒崎「講座紹介～3 分間スピーチ編～」

5面：JSC 八幡「ジョコビッチ先生の糖尿病&ダイエット講座」 6面：事業所所在地/あとがき

社会福祉法人 北九州精神保健福祉事業協会

基本理念

障害があっても一人の人間として尊厳をもって住み慣れた地域で自立した生活ができるように、障害者本人とその家族・地域の方々と協働して支援し続けます。また、地域の社会資源の一員として市民の方々の福祉の向上に努めます。

基本方針

- (1) 一人一人の個性や主体性を尊重し自己決定を基本とした支援を行う。
- (2) 障害者が抱える問題を共に考え、解決を図る中で信頼関係を醸成し、自立意欲を育成する。
- (3) 家族や関係機関・地域住民との緊密な連携による総合的アプローチを行う。
- (4) 障害者に対する社会の理解を深めるため、あらゆる機会を通じて情報発信する。
- (5) 可能な限り情報を開示して、事業運営の透明性を確保する。
- (6) 専門職として自己研鑽につとめる。

知って得っcha! 第6回

～第1回北九州精神保健福祉事業協会杯卓球大会のお知らせ～

日時 平成 26 年 11 月 24 日 (月) 午前 9 時 30 分開会

場所 北九州市障害者スポーツセンター「アレアス」(小倉北区三郎丸 3 丁目 4 番 1 号)

参加費 個人戦：1 人 500 円 団体戦：1 チーム 1,000 円

服装 スポーツ活動ができる服装で、上靴を持参してください。

ラケット ラケットは参加者持参としていますが、準備できない方には貸し出します。

競技方法 個人戦・団体戦 ※個人戦・団体戦両方に参加することも可能です。

試合は 11 本 3 ゲームマッチで行います。

団体戦は 4 人以内のチームで、シングルス 3 試合を実施して勝敗を決めます。

申込方法 所定の申込書に必要事項を記入し、**11 月 10 日まで**に下記問い合わせ先に郵送及び FAX でお申込みください。申込書が手元にない方は下記連絡先にご連絡ください。



参加者全員に参加賞があるぜ!

1 位～3 位になると、豪華賞品とメダルがもらえるんだ YO!



問い合わせ先：ジョブサポートセンター八幡

北九州市八幡東区中央二丁目 1 番 1 号レインボープラザ 6F

TEL 093-616-0020 FAX 093-616-0024 (担当者：星木・森本)

主催：(社福) 北九州精神保健福祉事業協会

協力：北九州市障害者スポーツセンターアレアス 北九州市障がい者卓球協会

「こげちゃら君」
3 回目の登場。
大きなイベント
の情報担当。

浅野社会復帰センター

～ 就労教室の紹介 ～

浅野社会復帰センターの就労移行支援事業では、定期的に就労教室を実施し、利用者の皆さんの就労活動に役立つ情報の提供を行っています。

10月18日の就労教室では、過去3年間の就労実績や就労の傾向(仕事内容・就労までにかかった期間・勤務体系など)を分析し、就労活動を行うにあたって事前にイメージを固めておきたいいくつかの項目について考えました。

話を聞いて...

- OBの方がどれくらいの期間でどういう職種についたのか知れて、参考になった。
- 障害者求人やジョブコーチ支援の内容を聞くことができ、ためになったし安心した。
- 障害者雇用の門が以前に比べて広がったので、再出発の意欲がわいた。

これからこうしていきたい!

- 職種や勤務体系、給料など迷う。体験実習や見学などしていきたい。
- つきたい仕事に向けて生活リズムをつくることの大切さを感じた。リズムづくりを意識し、それに沿って行動したい
- 思っていた以上に2年間と言う期間は短いようである。施設だけを頼りにするのではなく、自分でもハローワークに行くなど努力したい。



浅野社会復帰センター 事業案内

【就労移行支援事業・就労継続支援B型事業】

当事業では、一般企業への就職を希望する精神障がい者を対象に、就労に必要な知識や能力の向上のための訓練、就職活動や就労後の職場定着への支援を行います。

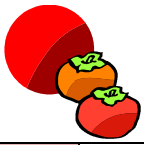
- *定員 移行: 15名/B型: 20名
- *利用時間 9:00~16:00
- *開館日 月曜日~金曜日 (土日祝日、お盆、年末年始はお休みです。行事により、休日に開館する事はあります。)

【地域活動支援センター 「ひこうき雲」】

メンバーはオープンスペースの利用ができ、日中活動を中心とした各サービスへの参加ができます。詳しくはスタッフへお問い合わせください。原則として北九州市にお住まいで、精神科医療機関を利用されている方を対象としています。利用には当施設との契約が必要です。

- *利用時間 10:00~18:00
- *開館日 月曜日~金曜日 (土日祝日、お盆、年末年始はお休みです。)

浅野社会復帰センター 就労支援事業 TEL 093-531-3823/FAX 093-513-2571
浅野社会復帰センター 地域活動支援センター TEL 093-513-2570



地域活動支援センター 11月行事予定表



日	月	火	水	木	金	土
						1
						閉館日
2	3	4	5	6	7	8
閉館日	閉館日				①外食会 (12:15集合)	閉館日
9	10	11	12	13	14	15
閉館日		②自炊の会 (13:30集合)	③街美化活動 (9:30集合)		④バスハイク説明会 (15:30集合)	閉館日
16	17	18	19	20	21	22
閉館日			⑤茶話会 (14:00集合)		⑥ニュースの勉強会 (16:00集合)	閉館日
23/30	24	25	26	27	28	29
閉館日	⑦卓球大会 (9:30開会)	閉館日			⑧バスハイク	

★お知らせ★ 行事開催時間中は、オープンスペースのご利用が出来ませんのでご注意ください。

①7日(金)は、外食会を行います。場所は「なんじゃもんじゃの樹」の予定です。参加費に、お食事代がかかります。参加される方は、12:15までに2階オープンスペースに集合して下さい。〈時間厳守〉

②11日(火)は、自炊の会を行います。今月の献立は、「炒飯、棒棒鶏、ポテトサラダ、中華春雨スープ」です。参加費に、300円とお米1合をお持ちください。13:30から始めます。参加を希望される方は、10日までに予約をして下さい。※キャンセルの受け付けは、当日の午前中までとさせていただきます。連絡なくキャンセルされた場合は、キャンセル料として参加費分を頂きますので、連絡忘れの無いようにご注意ください。☆自炊の会の予約キャンセル電話番号：093-513-2570☆ ※完全予約制

③12日(水)は、街の美化活動に参加します。9:30までに2階のオープンスペースに集合して下さい。※雨天中止 〈時間厳守〉

④14日(金)は、バスハイク説明会を行います。28日のバスハイクに参加される方は15:30までに2階のオープンスペースに集合して下さい。〈時間厳守〉

⑤19日(水)は、茶話会を行います。14:00から始めます。お茶を飲みながら、ざくばらんに意見交換をしましょう。お茶代として150円を頂きます。〈時間厳守〉

⑥21日(金)は、ニュースの勉強会を行います。今、話題になっている記事を掘り下げて勉強してみましよう。参加される方は、16:00までに2階のオープンスペースに集合して下さい。〈時間厳守〉

⑦24日(月)は、北九州市障害者スポーツセンターアレアスにて、第1回北九州精神保健福祉事業協会杯卓球大会を行います。9:30開会です。(参加希望の方は11月4日までにひこうき雲に申し込みをして下さい。)

⑧28日(金)はバスハイクで「長崎ハウステンボス」に行きます。参加費は1,000円(昼食代込)です。(予約は締め切りました。)

『卓球フリー練習日のお知らせ』

行事の無い日の13:00~15:00に、浅野社会復帰センター2階食堂にて卓球のフリー練習を行っています。関心をお持ちの方は、気軽にご参加下さい。

【11月の実施予定日】

4日(火)、5日(水)、10日(月)、12日(水)、14日(金)、17日(月)、18日(火)、21日(金)、26日(水) ※研修等により、当日中止にする場合もあります。



ジョブサポートセンター黒崎

講座紹介～3分間スピーチ編～

3分間スピーチ
とは?!

JSC 黒崎ではコミュニケーション講座の一環で、3分間スピーチを行っています。

1つのテーマについて3分の内容にまとめ、スピーチを行います。

3分間スピーチでは、以下のようなことを目的としています。

*人前で話をすることに慣れること

⇒人前で話をするのはどうしても緊張してしまいますが、実習や面接のときなど、人前で話をする機会が必ず出てきます。そのため、人前で話すことに慣れる場としています。

*話をまとめること

⇒3分間という限られた時間で、何を伝えたいのかをきちんとまとめる力をつけていきます。

*相手に分かりやすく伝えること

⇒話す内容はもちろん、表情、声の大きさ・抑揚など様々な方法で分かりやすくスピーチを行います。

これまでのスピーチのテーマ

- *自己紹介
- *自分の好きなもの・こと(芸術分野)
- *最も〇〇したこと(感動したこと、努力したこと、泣いたことなど)
- *自分の長所について



利用者さんの感想

- *他の利用者の話し方を聞くことができ勉強になった。参考になった。
- *もっと周りを見ながら話せるようになりたい。
- *言いたいことをまとめるのは難しかったけど、考えている間は楽しかった。

ジョブサポートセンター黒崎 事業案内

【就労移行支援事業】

当事業では、一般企業への就職を希望する精神障がい者を対象に、就労に必要な知識や能力の向上のための訓練、就職活動や就労後の職場定着への支援を行います。

- *定員 20名
- *利用時間 9:00~16:00
- *開館日 月曜日~金曜日 (土日祝日、お盆、年末年始はお休みです。行事により、休日に開館する事はあります。)

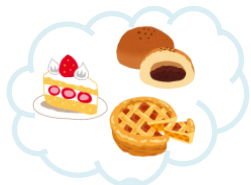
ジョブサポートセンター黒崎

TEL 093-616-8100

FAX 093-616-8113

ジョブサポートセンター八幡

ジョコビッチ先生の糖尿病&ダイエット講座



この夏、糖尿病の入院治療を経験したペルシュメンバーのジョコビッチさん。この経験を皆に伝えたい！ということで、健康回復ワークプログラムの一環として「糖尿病&ダイエット講座」を開いていただきました。

第1回は「糖尿病について理解を深めよう！」というテーマで、糖尿病になりやすい生活習慣について確認し、その予防法について勉強しました。

第2回は「目から鱗の正統派ダイエット講座」と題して、食事療法中心の内容。ただカロリーを減らしたり野菜だけ食べていたりすれば良いのではなく、栄養のバランスが最も大事であるということをお勉強しました。

参加者の感想

- 講座を受けてから間食が減りました。(間食王さん)
- 心身の健康維持のためにメニューのバランスを考えるようになりました。(トルネード茸さん)
- 毎日ちゃんとやらないといけないんだなと思いました。(えつこさん)

ジョコビッチ先生から一言

うつ病になると糖尿病になりやすく、また、逆に糖尿病になるとうつ病になりやすいとも聞くので互いに注意が必要です。糖尿病の食事療法は、「規則正しく」、「決まった時間に」、「3食」摂るのが基本です。間食を避け、油の摂り過ぎに注意するだけでもダイエットには効果的です。

ジョコビッチ先生、たくさんの資料とわかりやすい説明をありがとうございました！



ジョブサポートセンター八幡 事業案内

【就労移行支援事業】 当事業では、一般企業への就職を希望する発達障がい者を対象に、就労に必要な知識や能力の向上のための訓練、就職活動や就労後の職場定着への支援を行います。

*定員 18名

*利用時間 9:00~15:30

*開館日 月曜日~金曜日 (土日祝日、お盆、年末年始はお休みです。行事により、休日に開館する事があります。)

【自立訓練(生活訓練)事業 「ペルシュ」】

当事業では、一般企業で就労経験があり、現在うつ病のために休職中(離職中)で、再び仕事に就きたいと考えている方を対象に、復職に向けたプログラム(グループワーク、個人ワーク、スポーツ活動等)を提供しています。

*定員 8名

*利用時間 9:00~15:30

*開館日 月曜日~金曜日 (土日祝日、お盆、年末年始はお休みです。行事により、休日に開館する事があります。)

ジョブサポートセンター八幡

TEL 093-616-0020

FAX 093-616-0024

小倉北区



北九州市立浅野社会復帰センター
 〒802-0001 北九州市小倉北区浅野2丁目16-38
 TEL 093-531-3823(代表)
 093-513-2570(ひこうき雲)
 FAX 093-513-2571

〈交通のご案内〉

- ・JR 小倉駅 北出口(新幹線側)より徒歩5分
- ・自動車・北九州市都市高速道路「小倉北」より3分
- ・最寄りのバス停
西鉄バス「浅野2丁目」停留所より徒歩3分

八幡西区



ジョブサポートセンター 黒崎

〒806-0033 北九州市八幡西区岡田町2-14
 八幡バプテスト教会 敷地内
 TEL 093-616-8100
 FAX 093-616-8113

〈交通のご案内〉

- ・JR 黒崎駅 南出口より徒歩10分
- ・自動車 北九州市都市高速道路「引野口」より6分
- ・最寄りのバス停
西鉄バス「熊手四ツ角」停留所より徒歩3分

八幡東区



ジョブサポートセンター 八幡

〒805-0019 北九州市八幡東区中央2丁目1-1
 レインボープラザ 6F
 TEL 093-616-0020
 FAX 093-616-0024

〈交通のご案内〉

- ・JR スペースワールド駅 出口より徒歩15分
- ・自動車 北九州市都市高速道路「大谷」より3分
- ・最寄りのバス停
西鉄バス「中央二丁目」、「八幡東区役所下」停留所より徒歩5分

あとがき

11月になり、すっかり秋の装いですね。突然ですが、みなさんは「もみじ」と「かえで」の違いをご存知ですか？
 切れ込みが深く、葉先が6~7枚なのが「もみじ」、切れ込みが浅く、葉先が9~11枚なのが「かえで」だそうです。よろしければ、紅葉をみつけたときは葉の形にも注目してみてください。ちなみに、広島生まれの私は、もみじといえは、紅葉よりも、もみじまんじゅうを連想します(笑)

p.n. 第2生き物(メダカ)係