

あさのだより

～応援します、あなたの一歩。サポートします、あなたの力。～

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
 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

社会福祉法人 北九州精神保健福祉事業協会は、**精神障がい・発達障がいの方の「働きたい」、「生活を充実させたい」という気持ちを応援**しています！

！法人内事業空き状況速報！（令和2年9月末時点）

事業所	事業	空き状況 (○：空き有り、×：空き無し)
浅野社会復帰センター	就労移行支援事業	○
	就労継続支援B型事業	○
	あさのホーム	要問合せ
	地域活動支援センター「ひこうき雲」	随時見学受付中！
ジョブサポートセンター黒崎	就労移行支援事業	○
ジョブサポートセンター八幡	就労移行支援事業	○
	自立訓練（生活訓練）事業	○

見学・体験利用は随時受け付けています！各事業所の事業内容・連絡先・所在地は6面へ！

！！今年度就職者数： 13名！！（令和2年4月～9月末時点）

🍷炊き立て情報局 vol.19 ～免疫を高めようシリーズ！～🍷

これからの季節は、新型コロナウイルスだけでなく、インフルエンザなどのウイルスにも気を付ける必要があります。そこで、ウイルスに負けない体を作るため、免疫を高める方法を紹介していきます。今回は、『食事』というテーマで免疫の付く栄養素とその食品を紹介します。

栄養素	多く含まれている食品
【たんぱく質】 細胞や免疫物質をつくる成分の1つです。免疫の動きを維持し免疫力を高めます。	  肉・魚・卵・大豆製品・乳製品
【ポリフェノール】 活性酸素に結びつき体から取り除く他、白血球の働きを高めます。	 緑茶・ココア・赤ワイン
【β-カロテン】 細菌やウイルスを殺すマクロファージを増やしたり、菌の攻撃の仕方を記憶するリンパ球の機能を高めます。	  かぼちゃ・にんじん・ほうれんそう
【乳酸菌】 腸内環境を整えることで抗体が作られ、免疫力が高まります。善玉菌であるビフィズス菌を始め乳酸菌は、悪玉菌のウエルシュ菌や大腸菌を抑えてくれます。	  ヨーグルト・納豆・漬物・味噌・醤油
【食物繊維】 腸内の有害物質を排出して、腸内をきれいにし、善玉菌が増えます。	野菜、いも、豆、果物

浅野社会復帰センター

～外部講座～ 障害者職業センター・洋服の青山

浅野社会復帰センターでは、毎年外部から講師の方をお招きして、就労講座（通常プログラム）の拡大版として、『外部講座』を実施しています。

今年度はコロナウイルス感染症拡大防止の観点より、例年のように様々な企業さんに講師を依頼することが難しい部分もありますが、新しい生活様式！？を取り入れながら、実施した外部講座の内容を簡単にご紹介します。

Vol1.障害者職業センターさま 『サポートセミナー』 2020年5月26日 実施

【内容】

障害者職業センターの機能の紹介と就職に向けての準備について講義を実施しました。
職業評価やジョブコーチ支援について学び、実際に行われている職業評価の“ミニ版”を体験。
セミナーを通して、一人一人の仕事へのこだわり、「ここは譲れない！」ポイントを整理しました。



Vol2.洋服の青山さま 『正しいスーツの着こなし方』 2020年9月8日 実施

【内容】

昨年に引き続き、洋服の青山さんに依頼し、スーツの身だしなみ、メンテナンス方法、ネクタイの結び方、メイクのポイント等、『そうだったのか！正しいスーツの着こなし方』講座を実施しました。



～ネクタイの結び方実践中～

メイクのポイントについて



講師のみなさん、ありがとうございました



地域活動支援センター「ひこうき雲」

10月行事予定表



日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
						閉館日
4	5	6	7	8	9	10
閉館日			① 散歩の会 (13:00 集合)		② 夕食会 (16:30 集合)	閉館日
11	12	13	14	15	16	17
閉館日			③ 街美化 (9:30 集合)		④ 外食会 (12:15 集合)	閉館日
18	19	20	21	22	23	24
閉館日			⑤ 茶話会 (13:30 集合)		⑥ 夕食会 (16:30 集合)	閉館日
25	26	27	28	29	30	31
閉館日			⑦卓球大会 (13:00 集合)			閉館日

① 7日(水)は、散歩の会を行います。今月は「門司港レトロ」へ行く予定です。
13:00 迄に2階ひこうき雲に集合して下さい。詳しくは、右記までお問合せ下さい。TEL:093-513-2570 ※雨天中止

② 9日(金)は、夕食会を行います。「ポロネーゼ風パスタ」を予定しています。予約制です。参加費300円が必要です。
夕食会開始時間は、16:30~17:00を予定しています。

③ 14日(水)は、街美化活動に参加します。9:30 迄に2階ひこうき雲に集合して下さい。*雨天中止

④ 16日(金)は、外食会を行います。「だるま堂 ※烏町食堂街」に行く予定です。お食事代(実費)がかかります。
参加希望の方は、12:15 迄に2階ひこうき雲に集合して下さい。

⑤ 21日(水)は、茶話会を行います。13:30 から始めます。来月の行事や日頃感じていること等を、皆様で意見交換しましょう。

⑥ 23日(金)は、夕食会を行います。「だんご汁等」を予定しています。予約制です。参加費500円が必要です。
夕食会開始時間は、16:30~17:00を予定しています。

⑦ 28日(水)は、卓球大会を行います。参加希望の方は、13:00 迄に2階ひこうき雲に集合して下さい。

『卓球フリー練習日のお知らせ』

行事の無い日の13:30~15:00で、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。尚、卓球を行っている時間、ひこうき雲は閉館しています。



【10月の実施予定日】

1日(木)、2日(金)、5日(月)、6日(火)、8日(木)、12日(月)、13日(火)、15日(木)、19日(月)、20日(火)、22日(木)、26日(月)、27日(火)、29日(木)、30日(金)

*研修、その他事情等により、当日に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

～JSC 黒崎の講座を紹介します～



JSC 黒崎では就職に向けて、色々な講座や訓練を行っています。今日はその一部を紹介します。

①企業研究

一つの企業をピックアップして、
どういった企業なのかを調べていく事
で理解を深めていきます。
また、動画を見ながら、働く時に大切
にしている事や働く姿勢などを学び
働く事へのイメージを高めていきます。



②まわしよみ新聞

興味のある新聞記事を切り抜いて、
自分なりのミニ新聞を作ります。
それぞれ興味がある記事が違うので、
出来上がった記事は一人一人
個性があり、面白いです。作った
記事は発表するので人前で話す
練習にもなります。



③トップテンを当てましょう

色々なランキングの上位10位
を予想をしながら当てていきます。
いくつかの情報を処理しながら予想
を立てていくので、頭の体操に
なります。今回はアイスの売れ筋を
当ててきました。

自分の予想が当たった時は嬉しいです。

トップ10を当てましょう！ 売れ筋

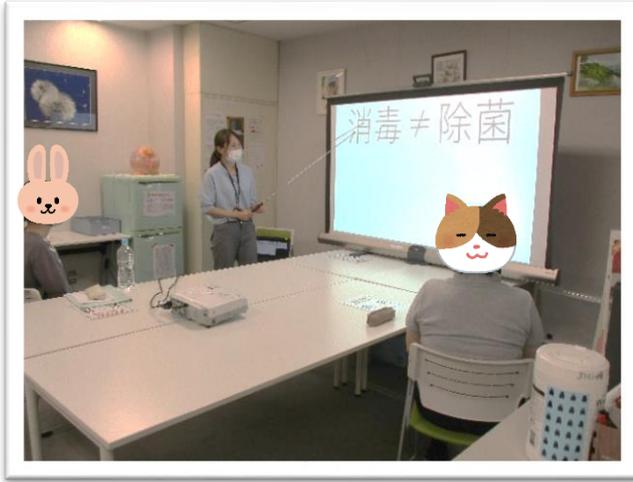
順位	商品名	価格	順位	商品名	価格
1	③ チョコレート シボ	89円	6	⑩ ハーゲンダッツ ミニロケットアイス	198円
2	① スーパーカップ 起アイス	97円	7	③ あずきアイスBOX	225円
3	① PARMアイスバー	316円	8	④ ヒョウチョコレート アイスクリーム	282円
4	② ハーゲンダッツアイス 100円	100円	9	⑤ ジョリントアイス	101円



皆さん、毎月色々なことを学んでいます！！

ジョブサポートセンター八幡

コロナウイルス対策講座



支援員が外部で受講した研修の知識を利用者のみなさんと共有するため、**コロナウイルス対策講座**を実施しました。

講座の中では、

- ・感染症に対する正しい知識
- ・訓練室や車内、昼食時など場面毎の感染防止策などを学びました。

受講後、利用者さんからは、「血液型でうつりやすさが違うと聞いたんですが・・・」「運動のためプールに行きたいけれど行って大丈夫ですか」など様々な質問をいただきました。

研修を経て、活動の導線上にアルコール消毒液を配置することや、机にソーシャルディスタンスを促すための貼り紙を貼るなど、より感染症対策がしやすい環境を作るきっかけとなりました。

体力を低下させないよう睡眠や食事はできるだけ取ろう



夏風邪との区別がつきにくい



車に乗る時は外気を取り入れよう



ジョブサポートセンター八幡では以下の感染症対策を取りながら日々活動しています

来所時・帰社時の手指消毒



毎朝の体温チェック



距離を取って活動



使ったらその都度消毒



こまめに換気





北九州市立浅野社会復帰センター



【就労移行支援事業・就労継続支援B型事業】

一般企業への就職を希望する精神障がいの方や発達障がいの方を対象に、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の支援を行います

【地域活動支援センター 「ひこうき雲」】

日中活動を中心としたプログラムを行います。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。

【相談支援事業所あさの】

主に精神に障がいのある方に施設やサービスの情報を提供し、見学やご利用についてのご案内、連絡の調整やサービス等利用計画の作成を行います。

【あさのホーム】

単身での生活は不安がある方で、地域での生活を送りたい方に世話人などから健康面のサポートなど日常生活の支援を行います。

〒802-0001 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

・JR:小倉駅 北出口(新幹線側)より徒歩 10分

・バス:西鉄バス「砂津」「小倉駅バスセンター」より徒歩 10分

開館日 月曜日～金曜日(土日祝日、お盆、年末年始は休館)

お問合せ可能な時間帯 9:00～16:00

ジョブサポートセンター黒崎



【就労移行支援事業】

一般企業への就職を希望する精神障がいの方や発達障がいの方を対象に、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。

〒806-0033 八幡西区岡田町 2-14 八幡パプテスト教会 敷地内

TEL 093-616-8100 FAX 093-616-8113

・JR:黒崎駅 南出口より徒歩10分

・バス:西鉄バス「熊手四ツ角」より徒歩3分

開館日 月曜日～金曜日(土日祝日、お盆、年末年始は休館)

お問合せ可能な時間帯 9:00～16:00

ジョブサポートセンター八幡



【就労移行支援事業】

一般企業への就職を希望する発達障がいの方を対象に、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。

【自立訓練(生活訓練)事業】

発達障がいの方を対象に、働くための生活リズムや体調を整えることを目的とした日中活動や余暇活動を行います。

〒805-0061 八幡東区西本町 2-2-1 さわらびガーデンモール八幡三番街1・2階

TEL 093-616-0020 FAX 093-616-0024

・JR:八幡駅 出口より徒歩5分

・バス:西鉄バス「八幡駅入口第一」より徒歩 1分

開館日 月曜日～金曜日(土日祝日、お盆、年末年始は休館)

お問合せ可能な時間帯 9:00～16:00

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努める。

あとがき

10月31日はハロウィンですね。ハロウィンは、古代ケルト民族のドルイド教で行われていたサウィン祭が起源といわれています。古代ケルトでは、11月1日が新年とされ、大晦日にあたる10月31日の夜に先祖の霊が家族に会いに戻ってくると信じられていました。しかし、悪霊も一緒にやって来たため人々は悪霊を驚かせて追い払うことを思いつき、仮面をかぶったり、仮装をしたり、魔除けの焚き火を行ったといわれます。日本でも仮装する人が増えましたね。今年はコロナウイルスが流行っているため、リモートハロウィンが話題になるのでしょうか…。

P. N. くらげ