

# 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](mailto: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10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： **19名!!**（令和2年4月～10月末時点）

## 🍷炊き立て情報局 vol.20 ～免疫を高めようシリーズ！料理編～🍷

前回の栄養の回を踏まえ、『料理』というテーマで免疫の付く料理を紹介します。興味のある人は作ってみましょう！

### ○かぼちゃシチュー

【材料】

- ・カボチャ
- ・シチュールー
- ・人参
- ・ブロッコリー
- ・ベーコン



作り方は、シチュールーの箱の裏面を見よ！

### ○納豆キムチ

【材料】

- ・納豆
- ・キムチ
- ・おくら
- ・醤油
- ・みりん
- ・海苔
- ・マグロ（刺身用）



これらの材料を一緒に混ぜるだけ♪

# 浅野社会復帰センター



## ～Let's dance～ ハンドクラップ

こんにちは。暑さも和らぎ過ごしやすい季節となりました。  
今夏は猛暑とコロナ禍ということもあり、ウォーキングに変わってハンドクラップダンスに挑戦しました。少しでも運動不足解消となったのではないのでしょうか。



繰り返し踊っていると息があがって、終わるころにはみんなヘトヘト☹️

最近テレビでも話題のハンドクラップダンス。YouTubeでも沢山の人が踊っているのが投稿されています。自宅でも気軽に踊れるので是非挑戦してみてください。



## ～スポーツ活動再開しました～ バドミントン

浅野社会復帰センターのプログラム『スポーツ活動』再開！！

コロナの影響によりスポーツセンターでの活動を自粛していましたが、10月から約半年ぶりにスポーツセンターでの活動を再開しました。久しぶりのスポーツ活動の様子をご紹介します。～Let's バドミントン～



みんなで楽しく取り組んでいます(\*^^\*)

私たちと一緒に励みませんか🌸





# 地域活動支援センター「ひこうき雲」 11月行事予定表



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

① 4日(水)は、散歩の会を行います。今月は「福智山ろく花公園」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 11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

③ 13日(金)は、夕食会を行います。「さんまの塩焼き」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。

④ 18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。

⑤ 20日(金)は、外食会を行います。「一平 本店 ※ラーメン・チャンポン」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。

⑥ 25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。

⑦ 27日(金)は、夕食会を行います。「ピビンバ」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。

## 『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。



## 【11月の実施予定日】

2日(月)、5日(木)、6日(金)、9日(月)、10日(火)、11日(水)、12日(木)、16日(月)、17日(火)、19日(木)、24日(火)、26日(木)、30日(月)

\*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

## ～室内訓練プログラム紹介（ピッキング作業編）～



JSC 黒崎では訓練の一環として、袋に詰めたビー玉を注文票と照らし合わせて、品番を確認しながらピッキングする作業を行っています。今回はその様子をお伝えします。

### 概要

注文票を見ながら伝票を記入し、品番を確認しながら、店舗ごとに伝票の指示通りに商品を集めていきます。出来上がった伝票はパソコンの表に打ち込み、1日ごとの集計を出します。

### このような訓練が出来ます

- ① 作業のスピード、正確性、持続性、協調性、集中力などを身に付けます。
- ② 仕事上のマナー（報告・連絡・相談）を身に付けます。
- ③ 人との関わり方を学びます。
- ④ コピー機の操作や簡単なパソコン操作を学びます。



### 作業はこんな感じです



間違えないように丁寧に伝票を記入していきます



商品はこのように並んでいます



伝票を見ながら商品を選んでいきます



選んだ商品と伝票をかごに入れ、ここで再度間違いがないかを確認します



完成したものを検品者に持っていき、間違いがなければ合格です！！



# ジョブサポートセンター八幡



カジュアル過ぎない  
キチンと感??

## オフィスカジュアルってなに？

オフィスカジュアルとは、スーツを基本として、それよりも少しだけカジュアルにしたビジネス用ファッションです。あくまで「仕事のしやすい服装」であることが基本です。とはいえ、どの程度のカジュアルまで良しとされるのか・・・業種や会社によって基準はさまざまで、明確な線引きがとても難しいです。

## オフィスカジュアルを日々学んでいます

JSC 八幡では、就職に向けての訓練の一環として、Y シャツやポロシャツ、オフィスカジュアルでの通所をお願いしています。利用者の方より「この服はOKですか?」「買ったことがないのでどこで選べば良いかわかりません」などのご意見を頂きましたので、『オフィスカジュアルを探そうの旅』と題して、実際にみなさんでイオン八幡東へ行き、オフィスカジュアルの服を探してみました。



JSC 八幡通所ファッション例 ~オフィスカジュアル ver.~

## 参加者の声

- オフィスカジュアルのイメージはある程度ついてはいたけれど、実際お店へ行ってみると、候補があり過ぎて選ぶのが難しかったです。
- 一見シンプルに見えても、袖が膨らんでいたり、薄っすら柄が付いていたり、カジュアル過ぎるデザインのものもあつたため、買う時は注意した方がよいと思いました。
- 上下の色のコーディネートが難しいです。普段は自分で服を選び、おかしくないか家族に見てもらっています。

仕事を事前に見学できる場合は、社員さんの服装をチェックしてみよう！



購入の際はできれば試着して、サイズ感を確かめてみよう♪



特に夏場は、透けにくい色の肌着を選ぶことも大切だね！



# 事業所 所在地一覧

## 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 八幡バプテスト教会 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月より育児休業から復帰しましたJSC黒崎の古江です。お休みの間は、コロナ禍ということもあり、生まれてきた子だけでなく、小学生、幼稚園に通う娘たちとも一緒に貴重な時間を過ごさせていただきました。復帰にあたっては、利用者の皆さんや職員の方々にも温かく迎えていただき、本当に感謝しています。仕事でも家庭でも笑顔を大切に、より一層頑張ってみますので、改めてよろしくお願ひします。

JSC黒崎 古江 さくら