

# ほっとスマイル 6月号



発行者:社会福祉法人 翠睦福社会  
 障害者地域生活支援センター ほっと  
 〒761-0443 高松市川島東町1914番地1  
 TEL:087-840-3770  
 FAX:087-840-3769  
 MAIL:hot3770@shirt.ocn.ne.jp  
 障害福祉サービス事業所 かわしま  
 〒761-0443 高松市川島東町1914番地5  
 TEL:087-848-3611  
 FAX:087-848-3779  
 MAIL:suikawa3611@shirt.ocn.ne.jp  
 HP:http://suibokufukushikai.jimdo.com/

## ■ □ お知らせ □ ■

いつもほっとスマイルをご覧いただきありがとうございます。

さて、全国各地で新型コロナウイルス感染者が急増しており、香川県でも5月9日から31日までを「緊急事態対策期」としています。(5月25日現在)

それに伴い「地域生活支援センターほっと」では当面の間以下の対策を取らせて頂きます。

- ・ 共有物品を使用するプログラム(ポッチャ、けん玉など)を中止し、プログラムの数も減らします。
- ・ 施設内で提供していたドリンクサービスや弁当の注文サービスは当面中止とさせていただきます。
- ・ 施設内の換気を実施しております。(頻度、時間は厚生労働省のガイドラインに準じて決めています。)

また、ご利用の際は以下の4点へのご協力をお願いします。

- ① ご利用前には自宅にて検温をし37.5℃以上の発熱がある場合はご利用をお控え下さい。
- ② ご利用時には各自でマスクを準備していただき、着用をお願いします。
- ③ 来所した際は手洗い・アルコール消毒・検温をお願いします。
- ④ 施設内でのお食事はお控え下さい。

感染状況次第で変化することもありますので、詳しくはスタッフまでお問い合わせ下さい。  
 大変ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解とご協力をいただきますようお願い申し上げます。

## 『ほっとピア相談』

日時: ① 6月 9日 (水)  
 ② 6月 18日 (金)

相談人数は1日1名。相談時間は13:30~15:00の間でおひとり30分です。

場所: ほっと相談室 または 自宅

相談は予約制となりますので「ほっと」までご連絡ください。  
 予約の際に受付票を記入して頂きますのでお願い致します。



## 『オリンピック 聖火リレーで使われたグッズをお借りしてきました』



株式会社ゴーフールド会長森田桂治様より聖火リレーで使われたトーチ、ユニフォーム、たすきをお借りしました。

トーチは日本を象徴する桜の形です。1.2kgあり、意外と重かったです。  
 不安な事も多いですが、オリンピックがいよいよ近づいていると感じました。

お目にかかれるのは一生に一度🙏

そんな貴重な物を間近で見せて頂きありがとうございました。

# ■ □ 活動報告 □ ■

## 『フラワーアレンジメント講座 in かわしま』

4月30日「かわしま」でフラワーアレンジメント講座を開催しました。

### 【参加者の感想】

- ・お花が美しく、みんなと出来たので、すごく楽しかったです。ありがとうございました。(K.I)
- ・初めてフラワーアレンジメントに参加してみましたがセンスがあることが分かった。とても楽しかった!! (77)
- ・花を挿すのは頭を使うけど、楽しかったです。お母さんにプレゼントしたいと思います。(W)
- ・カラフルなお花でブーケができて本当に楽しかった♪ またやりたい☆(M.F)
- ・難しかったけど楽しく作りました。(Mさん)
- ・母の日にお母さんにあげます。(島村直樹)
- ・楽しかった(T.Y)
- ・きれいにできました(野口泰正)
- ・思ったよりきれいに出来た。(C)
- ・大変、良い貴重な経験をさせてもらいました。ありがとうございました。(ヒカル)



まずは先生の講義を聞き



仕上がりイメージしながら  
試行錯誤し・・・



美しく出来ました(\*^▽^\*)

## 『ピアサポーターさんにインタビュー』

ピアサポーターを知っていますか？聞いたことはあるけど、具体的にどのような活動をしているのかわからないという方もいらっしゃると思います。そこで「ほっと」で3年間活動しているピアサポーターさんにお話を伺いました。

### ◎ ピアサポーターになろうと思ったきっかけはなんですか？

お世話になっていた相談支援専門員さんに誘われて養成研修を受けた際、充実した内容に心を動かされ、ハマりました。

### ◎ ピアサポーターになってどういうことにやりがいを感じますか？

皆さんに喜んでいただける事です。

活動することで仲間の方と自分と双方にプラスになることにもやりがいを感じています。

### ◎ ピアサポーターとして、どの様な相談にのりやすいですか？

私自身が苦勞してきた、就勞の事、生活上の困りごとの事、人間関係の事、薬や病院の事などです。また、ピアサポート活動に興味のある方にも、経験をお話できます。

### ◎ 相談時間は平均どれくらいですか？

30分くらいです。

### ◎ ピアサポーターに相談をする際に準備をしておくことはありますか？

質問したいことがたくさんある場合は予め質問内容のメモを準備して来られる方もいらっしゃいます。

### ◎ これから相談をしようと思っている方にメッセージをお願いします。

気軽にご活用いただければと思います。

話すことで、すぐに解決はできなくても気持ちが軽くなることもあると思います。皆さんのお役に立てれば幸いです。

### ◎ その他の交流について

ピア相談の合間でテーマトークなどのプログラムに参加しています。どんな様子か気になる方は参加してみてください。また、交流室にも顔を出すようにしています。まずは気軽にグループで会話をしてみたいという方も大歓迎です。



# ■ □ 投稿 □ ■

## フォト コーナー



『竜王山公園』



『八栗寺』

## 『心の視点を開明すること』

〈N.M〉

私は、しばしば不安になったり絶望する。これは人間として当然のことである。けれども苦しいことである。

若い頃は特にそうだった。もうどうしようもないくらい人から批判されたり、それから愛する女性も亡くしたりもした。その時は、闇の世界に落ち込んでしまった。仕事を転々としてお金も十分でない、しかしながら自分の好きな数学は捨てきれなかった。ピタゴラスは「万物の根源は数である」と言った。哲学の本も捨てられないでいた。

ヘーゲルの時代、その当時哲学界はヘーゲルの支配下にあった。ショーペンハウアーは追い払われてしまった。ショーペンハウアーは退かざるを得なかった。それでも誠実に生きた人であった。私は今でも尊敬している。

またキルコゲールもそのひとりである。当時彼は悪の要因であると言われていたようである。後ろ指をさされていたのである。それはそれとして、私は数学が好きで理系の大学へ進んだので精神病になってからも数学の根本的研究を続けている。

そんな私に批判、否定をする人が、つまり、大体の人がそうである。そんなことはまあ良いのだけれど、あの人がやりたいんだからやらしとったら、とか放っておいたら良い、こういうのが一番たちの悪い人で、いたしかたがない。人の心は多様なもので、そういうことになるらしい。これは仕方のないことである。人の心は変えられない。酷いことを言う人もいるんだなあ。人間は自由で平等なのに、まあそんなふうになんか人を批判するのではなく、素直に受け止めて視点を換えること、自分の心に問いかけてみる、哲学する、そうして心の視点を開明するのである。そうすると広々とした視点が目の前に表れてくる。すばらしい展望が見えてくる。特に美しい小鳥の鳴き声を聞いたりすると、とても勇気が出てくるし、希望も湧いてくる。要するに、一般的に言うところの気分転換かもしれないが、それよりも意味が深い、明日につながるような希望である。哲学することを忘れてはいけない。利根的なものではない。

流行を追い求めるのは嫌いである。流行ばかり追いかける人は、時代の波が引いた後では、乾地にひからびた虫介みたいに跡形もなく滅びてしまう。

## 『マイナンバーカードの勉強会』

5月11日「ほっと」交流室にて『マイナンバーカードの勉強会』を開きました。

マイナポイント、マイナポータル等のサービスに加え、今後運転免許証、健康保険証、お薬手帳、図書館貸出カードとして利用できたり、確定申告や行政手続きが簡略化されるなど利用できるサービスはどんどん拡大していく予定です。

一方で情報を一元管理することになるので情報漏洩のリスクが高まります。管理には十分な注意が必要です。

カードを作るのは義務ではありませんが、今後持っていないと不便な世の中になる可能性は高いです。

### 【参加者の感想】

- ・解説した資料もとてもよくまとめてあって分かりやすかったです。(S.H)
- ・マイナポイントとは、マイナンバーカードとキャッシュレス決済サービスを連携させて2万円チャージするともらえる5千円分のポイントだと理解した。勉強になった。



出典：Geekroid、NHK 政治マガジン

# 地域生活支援センター ほっと カレンダー



## 2021 年 6 月

日	月	火	水	木	金	土
30	31	1 絵手紙 13:30	2	3 ヨガ 9:30 大人のぬりえ 13:30	4	5 13:00~17:00
6	7	8 書道 13:30 	9 🌸 ピア相談 🌸 13:30	10 ヨガ 9:30 	11 健康体操 13:30 	12
13	14	15	16 音楽鑑賞 13:30 	17 ヨガ 9:30 	18 🌸 ピア相談 🌸 13:30	19 13:00~17:00
20	21	22 健康体操 13:30 	23 散歩 13:30 	24 ヨガ 9:30 	25	26
27	28	29 ヨガ 13:30 	30 散歩 13:30 	<p>&lt;利用できる時間&gt; 月~金 9:00~17:00 第1・3・5土 13:00~17:00 (祝日と重なった場合は閉館します) 第2・第4土曜日・日曜・祝日は休館</p>		

🌸印のあるものは予約制です。

新型コロナウイルス感染拡大予防のため、車での外出や調理のプログラムはしばらく控え、密にならないプログラムを企画させていただきます。また当面の間、共有物品を使用するプログラムは中止します。プログラムの数も減らしています。(※詳細は冒頭のお知らせをご参照ください。)

皆様には大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

【編集後記】6月16日は『和菓子の日』です。その由来は平安時代に遡ります。疫病が蔓延し、時の仁明天皇がこの日に菓子や餅を神前に備え、疫病退散を祈願したそうです。普段は食べる時に罪恶感がありますが、この日だけは疫病退散祈願という大義名分があるので堂々と食べられますね。



### <スタッフが出席した会議> <ほっと・かわしま>

4月27日 地域拠点・中核拠点合同会議 <松村>

5月7日 高松圏域自立支援協議会 精神保健福祉部会 保健と医療と福祉の連携WG <遠藤・松村>

5月10日 令和3年度 第2回 就労支援部会 イベント委員会 <福本>

5月17日 三木町エリアミーティング Zoom <遠藤・松村>

### <今月の作品>



絵手紙の素敵な作品です☆