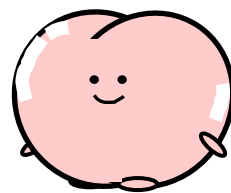


Q S K

なんくるないさ～



No.169



## 満員御礼！ 講演会開催のお礼と報告

おかげさまで定員を超える方々にご参加いただき、追加席を設けての開催となりました。

### 地域精神保健福祉教室「こころの健康講演会」

#### ～精神障がいのある方の暮らしを考える～

日時	令和元年11月9日(土) 13時30分～16時30分
会場	那覇市保健所 3階 大会議室 (那覇市与儀 1-3-26)
参加者	56名
内容	①13時30分～15時00分 映画上映「オキナワへいこう」(監督 大西暢夫) ②15時15分～16時30分 ミニ講演会「精神障がいのある方の暮らしを考える」 講師：小川貞子氏 (NPO 法人 kokoima 理事長)



映画上映



ミニ講演会 小川貞子氏



活動紹介コーナー

数か月前から、利用者のみなさんと職員が話し合いを重ね、着々と準備を進めました。チラシ配りやあいさつ回りなど、講演会について「知って欲しい」「来て欲しい」方々へお知らせに出かけたり、会場のレイアウトの話し合いなど…沢山時間をかけて準備をしました。

当日は、会場準備や駐車場係、司会進行、受付、案内係など、利用者の方々が積極的に行動し、大活躍しました。また、会場レイアウトを工夫し、畳を持ち込み休憩コーナーを新設しました。これにより、長時間に渡る行事への参加をためらっていた利用者が休憩をはさみながら畳に寝転んだり、映画を観たり、話に耳を傾けることができました。また会場の隅でお守りのようにスマートフォンを握りながら、話を聴く人もあり、思い思いの方法でなんくるないさ～の会となりました。

参加者から「各々が気楽な気持ちと姿勢で参加している温かい会でしたね。」と感想を頂きました。ご参加頂いた皆さま、ご協力頂いた皆さまに心からお礼申し上げます。



## 火曜日の「チャレンジデー」

一人では挑戦しづらいけど、誰かと一緒なら頑張れそう…個人や団体での芸術展の作品づくり、創作活動、おやつ作り、ちょっとおでかけ等、挑戦しましょう。

日時：毎週火曜日 10時30分～正午

申込み：随時、スタッフまでお声かけ下さい。

### 11月の活動報告

- 「こころの健康講演会」開催に向けての準備活動
- 講演会での活動紹介への準備
- 芸術作品作りの話し合い

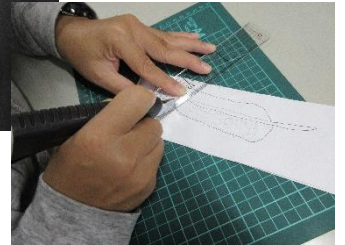
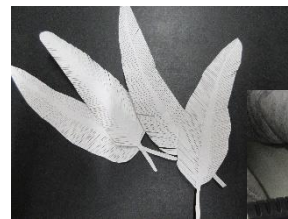


### 12月の予定

芸術展へ向けた作品(団体)づくりをします。

11月から切り絵にて羽根づくりをスタートしています。細かい作業が好きな方は、カッターやハサミを駆使し、切り込みを入れます。細かい作業が苦手な方は型紙づくりなどをします。

なお、火曜日以外も作品づくりをしています。興味がある方は、ぜひスタッフまで声をかけて下さい。

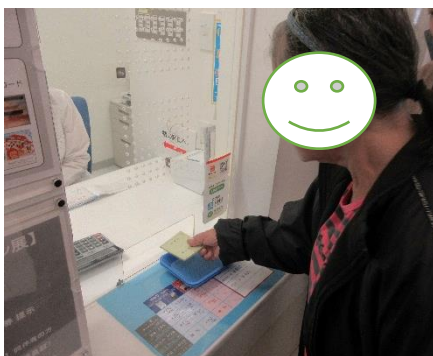


## ふくし探検隊 活動報告

11月のふくし探検隊は、障害者手帳を活用して沖縄県立博物館美術館で開催されている常設展へ行ってきました。障害者手帳をお持ちの方は、受付にて提示することで観覧料が無料になります。また介護者も1名まで無料になります。

沖縄の自然、歴史、文化を2時間かけてじっくりと学んできました。常設展隣にはふれあい体験室があり、クバ笠や蓑(みの)を羽織る体験もしてきました。

車内では障害福祉サービスの話題で盛り上がり、利用しているサービス、今後利用予定のサービスの話が出てきました。まだ障害福祉サービスの利用を開始していない利用者さんも、色々なサービスを知ることができた時間になったとお話されていました。



### 12月の予定

福祉事業所見学や、ふくしまップ製作、障害者手帳を活用して社会参加を追及しています。



## 利用者ミーティング(報告)

11月は2日(土)に開催しました。

主な内容は次のとおりです。詳細は憩いの場に掲示中です。

1. こころの健康講演会について(準備活動)
2. 実習生受け入れのお礼
3. 共有コップの導入について⇒個人のコップはお持ち帰り下さい。
4. 映画上映会作品について 12月1日(日)は『シン・ゴジラ』を上映します!
5. その他

12月は、2日(土)、19日(木)に開催します。



## わくわく会

11月から、第3日曜日 14時半から開催しています。

11月17日は、那覇市障がい福祉課の知名さんをゲストにお迎えし、第3回ゲーム大会をしました。

次回の予定は

日 時: 12月15日(日) 14時半~

内 容: 第4回ゲーム大会

「マリオブラザーズ」をします!

わくわく会開始前に練習時間を設けます。

初心者の方も一緒に楽しみましょう。



## なんくるクリスマス会はありません。

なんくるでは「クリスマス会」を開催する予定はありません。

季節の行事は、春のBBQと秋の観月会のみです。

「仕事を休んでなんくるのクリスマス会に行きます!」とお電話を頂くことがあります。

クリスマス会はありませんので、ご注意下さい。



## 年末年始の開所について

なんくるは年中無休です。年末年始もいつも通り開所しています。

短縮時間ありません。※大みそかも元旦も開いています。



## 島田施設長のコーナー

一言…入院中の知り合いから、ここはタバコが吸えないから前の病院へ移ろうかなと訴えが来た。大げんかの末「死んでもあんな所はいやだ」と言って逃げるように退院したところだ。タバコの害はよくわかるし、受動喫煙も深刻だ。しかし、精神科へ通う人たちはタバコと切っても切れない方が多い。敷地内全面禁煙でいいのか疑問は残る。

# 12月予定表

日	月	火	水	木	金	土
12/1	2	3	4	5	6	7
14:00 映画上映会		10:30 チャレンジデー		10:30 ふくし探検隊		14:30 つどい 16:00 利用者 ミーティング
8	9	10	11	12	13	14
10:30 <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">有</span> クッキング会		10:30 チャレンジデー		10:30 ふくし探検隊		11:40 ヨーガ教室 14:30 つどい
15	16	17	18	19	20	21
14:30 わくわく会		10:30 チャレンジデー		10:30 ふくし探検隊 13:00 利用者 ミーティング		14:30 つどい
22	23	24	25	26	27	28
10:30 <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">有</span> クッキング会		機関紙 発送作業(予定) (13:00~15:00) 長田大好きカフェ	機関紙発送作 業(予定)	10:30 ふくし探検隊		11:40 ヨーガ教室 14:30 つどい <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">相談業務お休み</div>
29	30	31 大みそか	1/1 元旦	2	3	4
						14:30 つどい

※上記のプログラムは予定です。変更になる場合がございます。

※参加人数によっては、開催しない場合もあります。

※プログラムによっては参加費が必要なものもあります。有は参加費が必要なものです。  
料金等、お気軽にお問合せください。

編集：那覇市精神障がい者地域生活支援センターなんくる 施設長 島田 正博 定価:100円(会費等に含む)  
〒902-0077 沖縄県那覇市長田 1-24-27 電話:098-836-6970 FAX:098-836-6977  
発行：九州障害者定期刊行物協会 〒812-0054 福岡市東区馬出 2-2-18

【編集後記】世間では今年のGWは10連休、年末年始は9連休…そんなに休むと、休み明けがづらいんだろうなあ。生活リズムを維持するって大変だなあと、つくづく感じる今日この頃。なんくるは年末年始も開いています。(は)  
大みそかと1月2日にみんなで何かできないかなあと考えています。詳細は次号にてお知らせしますね。(す)