

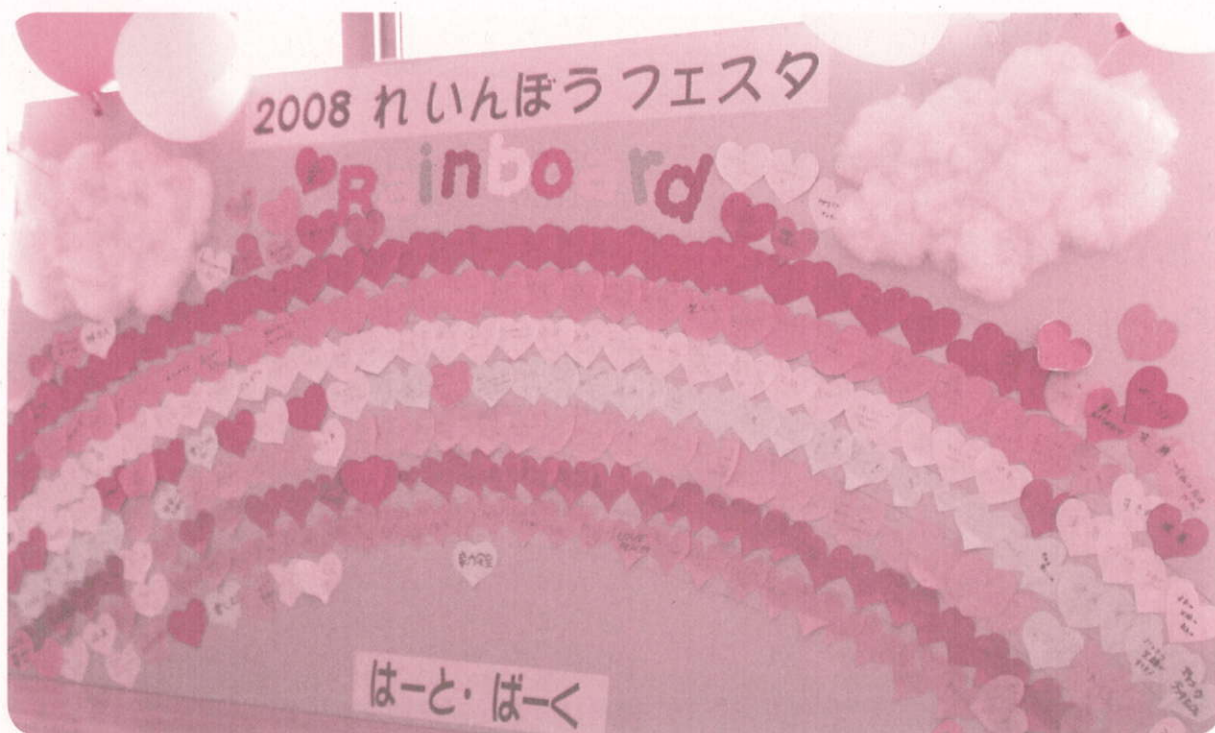
Rainbow



2008 秋号
(No.5/年2回3月・10月発行)

鹿児島市精神保健福祉交流センター(はーと・ぱーく) 広報誌

愛称「はーと・ぱーく」は、いろいろな方々の心(はーと)が集まる公園(ぱーく)のイメージをこの交流センターに重ねて命名されました。



▲「れいんぼうフェスタ」に会場された皆さんが共同制作した「Rainboard(れいんぼーど)」。
メッセージを書き込んだ♥で「心と心をつなぐ虹」を表現しています。

特集

障がいのある人の
「働きたい」
をお手伝いあるところ

目次

- 02 特集
- 04 講座・イベントの紹介
- 05 Get to know!!
- 06 シリーズ
精神保健福祉に関わる仕事って
どういうもの? -No.5-
「ジョブコーチ」
- 07 私の「おすすめスポット」 -Vol.5-
Book Information
- 08 今後開催の講座・イベントのご案内

編集・発行 鹿児島市精神保健福祉交流センター(はーと・ぱーく) 指定管理者 有限会社 ア・ライズ 〒890-0063 鹿児島市鴨池2丁目22番18号 TEL (099) 214-3352 FAX (099) 206-8571

「Rainbow」の由来: 「R」は Respect (尊重する)、「A」は Advocacy (権利擁護)、「I」は Identity (独自性)、「N」は Network (ネットワーク)、「B」は Believe (信頼)、「O」は Opportunity (機会)、「W」は Will (意志、望み) を意味しています。この広報誌をたくさんの人達に読んでいただき、人と人をつなぐ Rainbow (虹) のような架け橋になること願って名付けました。

精神保健福祉交流センターでは、広報誌の表紙を飾る「Rainbow (虹)」をテーマにした作品を募集しています。
詳しくは裏面の連絡先までお気軽にお問い合わせ下さい。皆様からのたくさんのご応募をお待ちしています。

求職活動を始める

ハローワーク（鹿児島公共職業安定所）

鹿児島市下荒田1-43-28 ☎099(250)6060

8:30~17:15 土、日、祝日は休み

障害者専門の相談窓口があり、障害者に関する専門的知識を持った職員・相談員が、求職申し込みから就職後のアフターケアまで一貫した職業紹介、就業指導等を行っています。ケースに応じて、鹿児島障害者職業センターやかごしま障害者就業・生活支援センターと連携しながら就労支援を行います。また、精神障害者就職サポーター（臨床心理士・精神保健福祉士）による相談サービスも行っています。

■利用の仕方

総合受付でご案内します。専門相談窓口で主治医の意見書や障害者手帳を添えて求職登録をします。

精神障害者就業サポーターが就労や生活に関する様々な不安や悩みに関する相談を受けています。解決方法を一緒に考えながら就労までの道のりをサポートしています。お気軽にご相談ください。



精神障害者就職サポーター
前野 明子さん

専門的な職業リハビリの利用

鹿児島障害者職業センター

鹿児島市鴨池2丁目30-10 ☎099(257)9240

8:45~17:00 土、日、祝日は休み

就職前の準備から職場に定着するまでのお手伝いをします。障害者職業カウンセラーが配属され職業相談、職業評価、作業能力の向上や労働習慣の確立を目的とした準備支援、仕事先でスムーズに仕事ができるようサポートするジョブコーチ支援、うつ病などにより休職中の方に対する職場復帰支援（リワーク支援）、就職後のフォローアップなどを行っています。医療機関や生活支援機関、ハローワークと連携を取りながら支援しています。

■利用の仕方

まずは電話で相談してください。必要に応じて面接相談の予約をします。

障害者手帳をお持ちでない方も利用できます。一人で悩まずに気軽に相談ください。直接来て頂くか、お電話をください。まずはご連絡をお待ちしています。



主任障害者職業カウンセラー
山口 久尚さん

就業と生活面の一体的な支援

かごしま障害者就業・生活支援センター

日置市伊集院町妙円寺1丁目1番1号「ゆすの里」内 ☎099(272)5756

基本的に8:30~17:00 土、日、祝日は休み

職業生活における自立を図るために就業及びこれに伴う日常生活、又は社会生活上の支援を必要とする障害者に対し、雇用、保健、福祉、教育などの関係機関と連携をとりつつ、身近な地域において必要な指導、助言、その他の支援を行うことによりその雇用の促進及び職業の安定を図っています。平成19年度から障害者の就労の機会や場を増やす為に「障害者就業開拓推進員」が駐在し、また「企業による障害者雇用体験事業」も始まりました。

■利用の仕方

相談をして、一緒に就職活動を進めていきたいと希望する場合は登録が必要となります。お気軽にご相談ください。

働くことや就職活動は楽しいことばかりではありませんが、働く素晴らしさを一緒に見つけていきましょう。はじめの一歩のお手伝いをします。



支援員
吉村 安史さん

「仕事をしたいと思っているけど、どこに相談すればいいかわからない。」「名前は聞いたことがあるけど、どんな事をしているの?」
 そんな「働きたい」という意欲や力を持つ、障がいのある人をサポートする資源をご紹介します。
 ご紹介する機関は、障がいのある人に働く機会と場を提供し、定着して働き続けられるように協力し合って支援をしています。

施：施設の種類 内：作業内容 日：作業曜日 時：作業時間 定：利用定員 交：交通手段

喫茶あしすと：施 小規模作業所

☎ 099-251-9687 FAX 099-254-5145
 鹿児島市鴨池二丁目22番18号（はーとぱーく2F）
 日 水～日 原則として第三日曜日は除く
 時 9：00～15：00 1～3時間の短時間交替制
 内 喫茶コーナーの運営 定 30人
 交 （バス停）鴨池、市営プール前から徒歩5分
 （市 電）郡元、鴨池電停から徒歩5分 *駐車場なし

ゆうゆうてい

悠々亭鴨池：施 就労移行支援事業所・就労継続支援事業所B型

☎ 099-258-7739 FAX 099-258-7727
 鹿児島市鴨池二丁目22番18号（はーとぱーく3F）
 日 日～金 時 9：00～15：00
 内 弁当の製造販売、清掃作業（公園、施設など）
 定 就労移行6名 就労継続B型14名
 交 （バス停）鴨池、市営プール前から徒歩5分
 （市 電）郡元鴨池電停から徒歩5分 *駐車場なし

ワークステージつばさ：施 就労継続支援事業所B型

☎ 099-255-7749 FAX 同
 鹿児島市唐湊四丁目17番2号
 日 月～土 時 9：00～16：00
 内 クリーニング業務 定 40人
 交 （バス停）鹿児島大学附属中前から徒歩5分
 （市 電）純心学園電停から徒歩5分
 （J R）郡元駅から徒歩1分 *駐車場なし

ピア 錦江湾：施 就労継続支援事業所B型

☎ 099-266-1896 FAX 同
 鹿児島市和田町806-5
 日 月～金 時 9：00～15：00
 内 公園清掃、箱折り、野菜の販売、菓子製造販売
 喫茶トロメイ営業（ランチ、コーヒー等）
 派遣就労（薩摩庵の植栽管理）、ピーズ製品作り
 定 20人 交 （バス停）和田名から徒歩2分 *駐車場あり（5台）

支援センターJ^{ジョー}OE：施 就労継続支援事業所B型

☎ 099-229-7299
 鹿児島市下伊敷二丁目4-20
 日 月・木・金 時 9：00～15：30
 内 パン作業、小物作業等 定 20人
 交 （バス停）西高校前から徒歩1分
 *駐車場あり（6台）

いっばいっばい：施 福祉工場

☎ 099-210-8055 FAX 099-210-8033
 鹿児島市下福元町8896-1
 日 月～金 時 8：30～17：00
 内 コンクリート製スパーサー製造 定 30人
 交 （バス停）石塚から徒歩5分
 （J R）坂之上駅から徒歩20分
 *駐車場あり（10台）

ステップ：施 通所授産施設

☎ 099-260-5810 FAX 同
 鹿児島市小原町8番1号
 日 月～金 時 9：00～16：00
 内 クリーニング作業、パン製造・販売 定 20人
 交 （市 電）笹貫電停から徒歩2分
 （J R）宇宿駅から徒歩7分
 *駐車場なし

しのび

紫乃尾：施 就労継続支援事業所A型

☎ 099-251-3803
 鹿児島市紫原三丁目3-20
 日 月～土 時 7：00～19：00
 内 惣菜の製造・販売 定 15人
 交 （バス停）市営③紫原三丁目から徒歩2分
 （バス停）市営⑬紫原中央から徒歩4分 *駐車場なし

ア・ライズ：施 就労継続支援事業所A型

☎ 099-250-7313
 鹿児島市南新町1-3
 日 月～土 時 9：00～16：00
 内 売店業務、洗濯業務 定 20人
 交 （バス停）女子短大下から徒歩5分 *駐車場なし
 （市 電）南鹿児島電停から徒歩5分
 （J R）南鹿児島駅から徒歩5分

就労継続支援事業所たんぽぽ：施 就労継続支援事業所B型

☎ 099-265-1267 FAX 800-1837
 鹿児島市星ヶ峯四丁目2番6号
 日 月・火・木～土、その他特別企画日 時 9：30～16：00
 内 内弁当製造、喫茶店、紙漉き、公園清掃、農園作業
 クロネコメール便、フリーマーケット、時計修理
 定 20人
 交 （バス停）県営住宅前から5分 *駐車場なし

「就労移行支援」って？一般就労を目指す方が利用するサービス。65歳未満で就労につくことが見込まれる方が対象。

「就労継続支援」って？A型とB型の2つがあり、主に「通常の就職が困難な障害者」を対象にしたサービス。

福祉工場、授産施設、小規模作業所などに相当。A型は雇用契約を結び、B型は雇用契約を結ばない。

講座・イベントの紹介

このページでは、平成20年4月～平成20年8月に開催されたはーと・ぱーく主催の講座・イベントをご紹介します。

開催月	講座名	内容
4月	まちかど交流講座 「第1回1day クッキング」	今回のテーマは「韓国風巻き寿司」。管理栄養士の長友ゆかり先生から、丁寧に巻き寿司を巻くコツをご指導頂き、会話も楽しみながら美味しく頂きました。
5月	交流イベント「れいんぼうフェスタ」	【1】参照
6月	第1回支援者（精神科医）を囲む茶話会	テーマを決めずフリートーク形式で、精神科医の先生を囲み参加者が日頃感じてもらえる悩みや思いをゆっくり語り合う機会をもちました。
	まちかど交流講座 「第2回1day クッキング」	当センターで大人気の「喫茶あしと」のメンバーさんを講師にお迎えし、きなこのクッキー（ボルボロン）とピザづくりに挑戦しました。
7月	はーと講座 「第1回パソコン講座」	精神障がいのあるご本人を対象に、「初心者向けのパソコン基本操作」の学習を目的として4回にわたりパソコンの基本構造からワードでの入力方法・文字の修飾・図形の描き方・ワードアート・表の挿入等を受講生1人ひとりのペースに合わせてゆっくり楽しみながら学んで頂きました。
	精神保健福祉講座 「子育て中のストレスケア講座」	鹿児島純心女子大学准教授で、臨床心理士の吉田ゆり先生が「自分自身も子育てと向き合い、悩む体験者」として、御自身の子育て奮闘話を楽しく織り交ぜながら講話をして下さり、後半は、はーと・ぱーく内の「喫茶あしと」からのケーキセットを頂きながら、皆様が気になっていることを先生に質問したり、参加者同士の交流なども行なわれ、会場は活気にあふれていました。
8月	精神保健福祉講座「ピアカウンセリング講座」 「いま知ろう！仲間の取り組み ～相互支援を通して考える～」	熊本県人吉球磨精神障害者セルフヘルプグループ「若鮎の会」の会長と前会長をお招きし、仲間づくりの大切さや難しさ、会の運営のご苦労など、ご自身の体験を交えながら活動の歴史や取り組みについてお話しをして頂きました。
	第2回支援者（精神科医）を囲む茶話会	第1回同様、精神科医の先生を囲み日頃の思いや悩みを伺いながら、先生から助言をいただいたり、参加者同士の意見交換が行われました。

講座の詳細については、<http://www.kouryu-center.org/> に掲載しています。

【1】「交流イベント れいんぼうフェスタ」 5月17日（土） 10:00～15:00 延来場者：約535名

今年度は、共同参加、力の発揮、相互理解と連携をテーマに、精神保健福祉の関係団体はもちろん広く市民の方々にも参加や来館して頂き、楽しみながら相互交流を行うことを通して市民が精神保健福祉に関して考える機会となることや、精神障がいについて正しく理解をすることを目的として開催しました。

当日は、福祉関係団体18箇所や一般の部9箇所から出店や出演ご協力を頂き、一階の模擬店ブースでは焼きそば、カレー、駄菓子、クッキー、アロマ、和紙、屋久杉製品、陶芸、洋服、竹炭などのお店が出店しました。又、屋外のミニイベント会場では餅つきや紙芝居、バルーンアート、音楽演奏などでも会場入口を大いに盛り上げて頂きました。

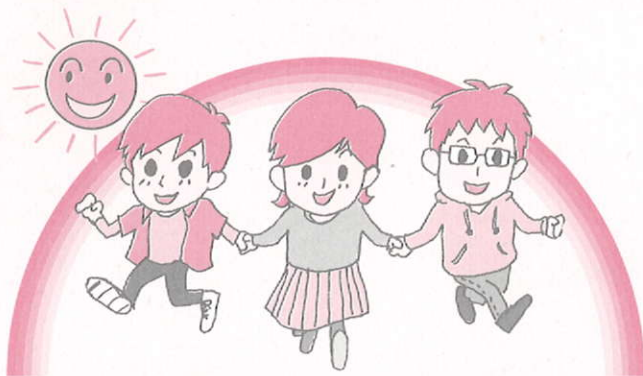
お昼時は、飲食・展示コーナーで食事をされる方まで賑わい、2階の1DAY SHOP（模擬店）では、ストラップやビーズアクセサリーのほか、書籍、雑貨、ポストカード、小物、洋服、絵画、エコクラフトなどが販売・展示されました。尚、会場を周遊しながらのスタンプラリーでは空クジなしの抽選会があり、とても賑やかな一日となりました。

そして、「笑いの中から心の幸せさがし」と題した講演・落語には落語家 立花家千橋 師匠が笑いを交えながら満員の会場を楽しい雰囲気盛り上げて頂きました。

「来館された皆さんと何か記念に共同制作できるものはないか」との思いから、「Rainboard（れいんぼーど）」が生まれました。7色のハート形の色紙に来館された方々がそれぞれ夢や思いを書き、それを虹の形に貼りつけて夢がいっぱい詰まったアート作品が完成しました！（※作品の写真は表紙に掲載しています。）

</

鹿児島精神医療福祉ユーザーネット準備会(仮称)



鹿児島市に存在する個々の精神障がい者当事者団体が、それぞれの団体とネットワークを結び親睦を深め、精神医療福祉に対して当事者の声、意見を社会に届けていけるように立ち上げました。

2008年4月4日に立ち上げ、れいめいくらぶ^{*1}、だべる会^{*2}、ラグーナ出版(シナプスの笑い刊行)^{*3}、ア・ライズ^{*4}、その他当事者で就労しておられる方々を交え、①いやせる場や当事者会の交流②ピアカウンセリングを中心とした勉強会③社会的発言への権利の行使などの(ㇿ)

(ㇿ)活動を始め、同年5月25日に「鹿児島精神医療福祉ユーザーネット準備会」として発足させました。

ほぼ毎月1回会議を開催しており、個々の団体の活動経過やピアカウンセリングを中心とした勉強会、ユーザーネットの会の進むべき方向性を模索しております。

このはーと・ぱーくの広報誌を通じ、より多くの当事者団体とネットワークを結び、協力、助け合っていきたいと思います。来年度には協議会として、鹿児島県規模で活動できるよう鹿児島市のみならず県内、各当事者団体との連携ネットワークを広げていきます。精神医療福祉ユーザーとして、社会的な発言を強め、精神障がい者を支援して下さる団体や精神保健福祉ボランティアサークル「ゆめの実」などのお力添えをお願いし、今後も邁進していく所存です。

どうか皆様のお力を私どもにお貸し頂けるようお願い申し上げます。

会長 宮路祐二
代筆 副会長 上野隆二

- *1 れいめいくらぶ 鹿児島市で活動する精神障がい者当事者団体
- *2 だべる会
- *3 ラグーナ出版 精神障がいのある方々の就労支援を目的とした事業所
- *4 ア・ライズ



2006年の4月、はーと・ぱーくが開設して、早いもので、もう2年が過ぎました。「精神障害者の自立及び社会参加の促進を図るとともに市民の皆様のご理解と相互の交流を深める」ことを目的に、この施設が設置されたとお聞いております。

お話を聞きますと、「相談事業」・「交流事業」・「情報提供事業」の3つの事業を柱にして活動を続けられ、この施設の利用者の数も毎月3千人を越し、年間4万人以上の方々に利用されているとのことでございます。

改めて、このような素晴らしい施設を設置された鹿児島市をはじめ、お世話くださる職員の皆様に厚くお礼を申し上げます。

私は、地元の鴨池町内会のお世話をしている関係で、開設以来大変お世話になっております。

鴨池町内会の「敬老を祝う会」では、この施設をお借りしまして、施設を利用している多くの皆様と共に、舞台演奏やバンド演奏、作業所の皆様の踊りや、又、お楽しみ抽選会のお(ㇿ)

鴨池町内会

(ㇿ)土産に、県内の精神科病院デイケアや、施設での雑貨や野菜など購入しまして、参加した百数十名の町内会会員と短い時間でしたが、非常に楽しい「ひと時」を過ごさせて頂きました。

町内会会員の多くの方々が、この施設を利用するのが初めてでありまして、関係者の皆様の素晴らしい活躍に驚き感激しておりました。

今後は更に内容を検討し直し、素晴らしい交流会の開催や、れいんぼうフェスタ等の諸行事にも、多くの町内会会員の皆様に参加を呼びかけ、幅広い交流が出来たらと考えております。

このように、当センターでの交流会を通して、お互いが理解を深め、又、ご家族の皆様のご苦労も、少しは感じる事ができたのではと思っております。

素晴らしい施設がありますので、多くの市民の皆様が、なお一層精神保健福祉について理解と認識を深め、優しく明るい街づくりへつなげる交流イベントや、精神障害者に対する普及啓発活動について、少しでもお手伝い出来たらと決意を新たにしております。

鹿児島市精神保健福祉交流センターの愛称も、いろいろな方々の心が集まる公園、「はーと・ぱーく」と決まりました。多くの市民の皆様が精神保健福祉について、知識や理解を持ち、考えて頂けたら素晴らしい施設運営がなされるのではと、今後の活躍を大いに期待しております。

会長 門田純佳

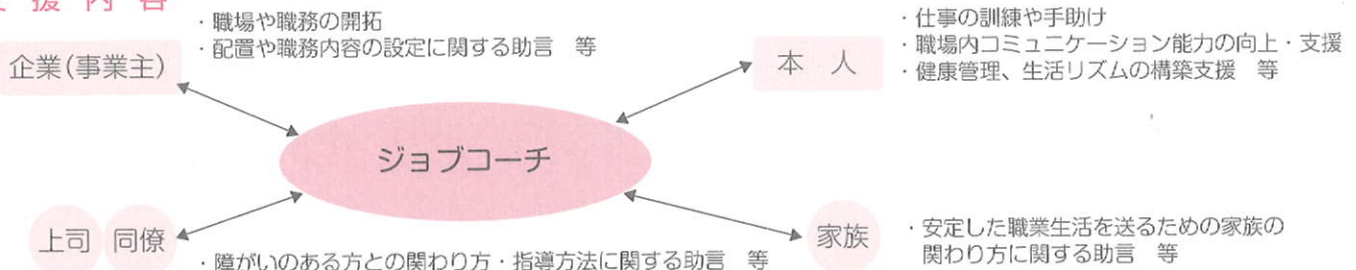
●今回は「ジョブコーチ」について紹介します！！

*「ジョブコーチ」とはどのような仕事？

ジョブコーチ (job coach) とは、障がいのある方が一般の職場で円滑に就労できるように、障がいのある方と企業の双方を支援する就労支援の専門職を指す言葉です。

1986年にアメリカでリハビリテーション法の改正によって制度化（援助付き雇用：Supported Employment）された新しい就労支援サービスで、日本には1980年代の終わり頃に紹介され、2002年に「職場適応援助者」として制度化されました。ジョブコーチが行う支援は、アセスメント（事前評価・査定）からフォローアップに至る就労支援プロセス全体を担っており、多岐にわたります。

◆支援内容



*どのようなところで働いているの？

- ・ 障害者職業センター
- ・ 民間社会福祉法人等の施設
- ・ 一般企業
- ・ 病院 等

*「ジョブコーチ」になるには？

■独立行政法人高齢・障害者雇用支援機構の行う研修

- ①第1号職場適応援助者養成研修
- ②第2号職場適応援助者養成研修

■JC-NET(ジョブコーチネットワーク)や特定非営利活動法人大阪障害者雇用支援ネットワークの行うジョブコーチ(ジョブ・メイト)養成研修を修了することが必須となっている。

※事業所や病院、自立支援施設での就労支援に携わっている方や携わる予定の方が対象。

インタビュー

「ジョブコーチ」に聞く

今回は、NPO 法人 Klinika 鹿児島「悠々亭鴨池」にお勤めの森元賢一郎さんに、お話を伺いました。

Q. 今の職場は何年目？

A. 2年目。その前は、精神保健福祉士の資格を取り、精神科の病院や若年者の自立支援施設に勤めておりました。ジョブコーチとしてはH19に研修を受けてH20の3月からになります。

Q. 悠々亭でのジョブコーチの業務は？

A. 悠々亭では就労支援員として就労移行支援を担当しています。訓練生の実習先や職場の開拓、施設内外訓練での職業指導等の支援、開拓先との調整役で現場に入ったりします。ジョブコーチとしては、障害者職業センターへ支援依頼のあった障害者の方に対し、職業センターと連携のもと職場定着支援を行っています。精神障害に限らず、すべての障害者の方を対象としています。悠々亭での業務とジョブコーチの業務は重なるところもあり、微妙に違う部分もあると思います。

Q. 日々感じていること、心がけていることは？

A. 厳しい社会に出て行くこと、就労することの厳しさも伝えながら、“裏方”として支え、本人たちの夢のお手伝いができればと思いながら支援をしています。

Q. 広報誌を読まれる方へのメッセージ

A. 働くことは結構難しいと感じて尻込みしている方達はたくさんいると思います。しかし、決してそういうことはなくて、色んな支えがある中で働いている人も多くいるので、まずは踏み出す勇気をもってもらえたらと思います。今、色んな施設も出来てきているので、どんどんチャレンジしてもらいたいです！！

Q. ジョブコーチを目指されている方へのメッセージ

A. 病院や施設での業務とは異なり、支援対象が本人や家族だけでなく、企業に対しても支援を行うため、双方のバランスをうまくとることが重要な役割だと思います。学ぶところも多く、難しさも感じますが、やりがいのある仕事だと思います。

Q. リラックス法、ストレス解消法は？

A. ストレスはあまり溜まらない方だとは思いますが(笑)。気分転換には、休日、社会人のサッカーチームに入っていて練習や試合に出てスポーツでの発散、気分転換を行っています。あと、子どもがいるので一緒にいると癒されます(笑)。

私の「おすすめすぽっと」 vol.5

慈眼寺 自然遊歩道

「樹木が生い茂り夏場でも涼しいです。
風も冷たいし、小川のせせらぎなど」と
Hさんからの耳よりスポット!!

所在地：下福元町
コース全長 約3Km 所要時間 約1時間



慈眼寺自然遊歩道は、慈眼寺公園のバス停留所近くの入口から公園に入り、清水の流れる和田川づたいに稲荷神社や慈眼寺12世=大雲白峯和尚の供養塔などの史跡や、野鳥、昆虫、植物などの自然を楽しみながら、谷山神社に至る一周約3kmのコースです。自然の地形をそのまま取り入れた慈眼寺公園は、春は桜が咲き、見頃の3月下旬～4月上旬は多くの人出でにぎわいます。また、夏のそうめん流しや、秋の紅葉も人気があります。
(URL: <http://kagoshima.digital-museum.jp/> より抜粋)

<交通アクセス>

- 市営バス 14・33番線
慈眼寺団地行 慈眼寺公園降車
- 鹿児島交通バス 6番線
慈眼寺団地行 慈眼寺公園降車
- JR指宿枕崎線慈眼寺駅降車



HappyPoint

Since 1979



「景色がきれいだから、炭焼きハンバーグが美味しいから」と
Nさんからの耳よりスポット



2008年7月1日にリニューアルオープンして、本格薪窯ピッツアやパスタ、そして、人気の「炭焼きハンバーグ」はもちろん、フレッシュ果実・野菜ジュース類、ディナータイムでは、こだわりのエビフライをはじめとするフライ料理とメニューも豊富。錦江湾と桜島の眺望も、お店の自慢です。

<交通アクセス>

- 国道226号線沿い
鹿児島交通バス停 蛸山 前

所在地：平川町5269

営業時間：■ランチタイム 11:00～15:00
■カフェタイム 15:00～17:00
■ディナータイム 17:00～22:00

TEL：099-261-5453

URL：<http://www.minami-hp.com>



▲29年間愛されてきた「炭焼ハンバーグ」



▲時間を忘れて話せる雰囲気店内

Book Information



「はーと・ぱーくで自由に
閲覧できる本をご紹介します。」

明日のために今日があるのではない。今日があるから明日が来るのだ。私は、ただひたすら自分の置かれている「今」の状況を受け入れていくだけである。

「自分は精神障害者だが、目的を持って普通に町なかで生きたい」という思いから生まれた躁うつ病当事者の体験記。

「天国と地獄」を行ったり来たり
—精神障害者として「普通の生活」をしたい—

著：白堀 拓 文芸社 定価952円（税別）
ISBN978-4-286-03161-3



完全な人間がい
ないように、
完全な父親・母親、
そして完全な家族
は存在しない。問
題や課題があつて
も、それに支配さ
れない生き方を提
案する、子供に大
人にも読んで欲し
い1冊です。

わたしの家族はどこかへん？・・・

機能不全家族で育つ・暮らす

著：レイモンド・M・ジャロスキー 監訳者：水澤 郁加佐
大月書店 定価1400円（税別）
ISBN4-272-40545-4



ほんとうは助けてほしいあなたへ
「もえつき」の処方箋

著：水澤 郁加佐・Bel 編集部
アスク・ヒューマンケア 定価1500円（税別）
ISBN4-901030-06-X



統合失調症と共に生きていくために—
障害をオープンにした就労のススメ—

著：榊 晃司
文芸社 定価900円（税別）
ISBN978-4-286-04148-3



僕の妻はエイリアン
「高機能自閉症」との不思議な結婚生活

著：泉 流星
新潮社 定価1400円（税別）
ISBN978-4-10-300111-9



月刊 みんなねっと

発行者：NPO法人 全国精神保健福祉社会連合会
*「月刊みんなねっと」は全国精神保健福祉社会連合会へ入会し、賛助会費を支払うことでご覧いただけます。

「誰かの面倒ばかりみて、自分を忘れているませんか？自分をかけたはずの仕事につぶされていませんか？」
気になったあなたは、「もえつき」の状態にあるのかもしれない。少し手を休め、この本をお読みください。

30代後半。再就職活動中の発症。初めて障害者を知った。健常者として過ごした日々。偏見の目を向けられ変わった生活。病氣と向き合う。著者の体験や経験が、少しでも役に立てばという想いが込められています。

体が緑色？...ではなく、とがった耳もない。宇宙からやってきたわけでもない。地球生まれの純日本産、外見はごく普通の人間と変わらない。でもどこか違う!!異性人の妻と地球人の僕。それはまるで国際結婚。山あり、谷ありのおかしな結婚生活へようこそ。

月刊「みんなねっと」は、精神障がいのある人の家族が中心となって作った機関紙です。家族同士が交流しあいながら、お互いに成長し、力をつけ元気になって欲しいと願いがこめられています。

10月

4、11日(土) 10:00~12:00

◆はーと講座「初心者のためのパソコン」

※本講座は6月に全講座募集し、受付は終了しました。

25日(土) 14:00~16:00

◆支援者(臨床心理士)を囲む茶話会

講師 臨床心理士 牧之瀬紀江氏

対象 鹿児島市民7名

11月

9、16、23、30(日) 10:00~12:00

◆はーと講座「初心者のためのパソコン」

※本講座は6月に全講座募集し、受付は終了しました。

12日(水) 18:30~20:30

◆精神保健福祉講座「働く人のためのストレスケア」

講師 精神科医 横山桂氏

対象 鹿児島市民30名程度

日程未定

◆まちかど交流講座「1 day 手づくり小物」

対象 鹿児島市民(精神障がいのある方を含む)15名程度

12月

日程未定

◆まちかど交流講座「1 day クッキング」

対象 鹿児島市民(精神障がいのある方を含む)10名

日程未定

◆精神保健福祉講座「依存症(アディクション)」

対象 鹿児島市民50名程度

1月

日程未定

◆メンタルヘルス講演会

対象 鹿児島市民80名程度

日程未定

◆精神保健福祉講座「統合失調症」

対象 鹿児島市民50名程度

2月

日程未定

◆精神保健福祉講座「ピアカウンセリング」

対象 鹿児島市内在住の精神障がいのあるご本人 50名程度

日程未定

◆精神保健福祉講座「壮年期からのストレスケア」

対象 鹿児島市民50名程度

3月

日程未定(上旬予定)

◆家族講座

講師 SSTリーダー 高森信子氏

対象 鹿児島市民80名程度

はーと・はーく

知っ得♪

MEMO

多目的ルームで卓球ができるのもご存知ですか?卓球台、ラケット、ボールを貸し出し致します。心地良い汗を流してみませんか?
※利用方法についてはお気軽にお声掛け下さい。

鹿児島市精神保健福祉交流センター(はーと・ぱーく)

開館時間 9:00~21:00
休館日 毎週火曜日 年始年末 12/29~1/3
使用料 無料
相談
来所相談 9:00~19:00
電話相談 9:00~21:00
☆相談には、精神保健福祉士・臨床心理士が応じます。
☆相談についての秘密は厳守いたします。
☆相談は無料です。
☆診療行為は行いません。

各部屋利用時間

交流スペース・談話室	9:00~21:00
多目的ルーム・会議室	9:00~21:00
音楽ルーム・調理室	9:00~20:30
ディケア室	平日 17:00~21:00
	土・日・祝日 9:00~21:00

ご利用・ご予約方法

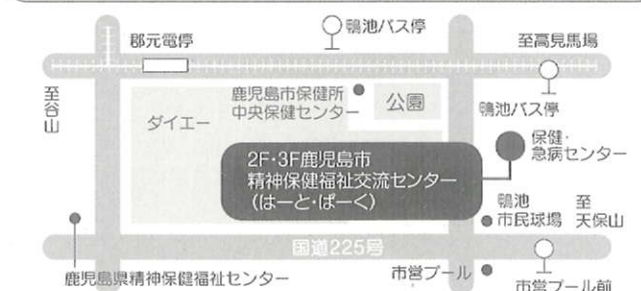
(多目的ルーム 会議室 音楽ルーム 調理室)
(ディケア室)

※精神保健福祉に関する内容のものに限ります。

※上記各部屋は3ヶ月前から予約できます。

※各手続き・予約方法についてはお問い合わせいただくか、またはホームページにてご確認下さい。

MAP・交通アクセス



市営バス 14 19 番線.....鴨池バス停下車
11 12 15 18 番線.....市営プール前下車

市電 「郡元」電停下車

駐車場 駐車場には限りがありますので、なるべく公共機関をご利用ください。
※特に夜間帯は「夜間急病センター」ご利用の方で混み合いますのでご注意ください。

鹿児島市鴨池2丁目22番18号

TEL 099(214)3352 FAX 099(206)8571

URL: <http://www.kouryu-center.org/>

指定管理者 有限会社 ア・ライズ

「ア・ライズ」(A・RISE)は「立ち上がる」「復帰する」という意味です。精神障がいの方々が地域でその人らしくより良い暮らしができるよう、住宅の確保や就労支援などを目的として設立しました。精神障がいのある方々を支援する事業を通して、障がいの有無や種別に関わらず地域に暮らす人々が安心して暮らせる地域社会づくりに貢献したいと考えています。