

19. 当事者のパワーアップにつながるサポート活動 ～精神しょうがい者の自信回復に向けての余暇活動の充実～

グループ名 虹
代表者 片野福子

精神しょうがい者の事業者であるジョイント・ほっとでは利用者の個性・ニーズに応じた支援が必要である。パソコン技術の指導、余暇をともに楽しむ活動等々にシニアボランティアが集まってきた。一人の力ではできないことも、大勢集まればできるという思いで、グループ「虹」が結成され今に至っている。年に一度、ボランティア交流会を若者ボランティアグループと共催している。個々の活動を下記に記す。

1、パソコン講座

(活動の目的)

インターネット環境にない人が、情報につながることを知る
レシピやブログ文章などを打つことで自信を持つ。
ワード・エクセル・ブログ入力は仕事にも直結している。
音楽や写真のデジタル機器を使えるようになる。仲間との話題づくり。
覚えたことを、知らない人に教えることにより、優越感をもつ。

(活動の概要)

年間約20回実施
同じ先生方に継続して教えていただく。安心できる。
わからないことがあっても、2週間後に繰り返し習える。
その人のペースで、ゆっくり学べる。



2、絵手紙講座

(活動の目的)

絵筆を持つ機会を作り、一緒に描く仲間と、共有時間を楽しむ。
地域住民の方との交流。
季節を感じて表現する。

(活動の概要)

年4回実施

各回の参加人数は5名ほどで、ゆっくり習える

ハガキ以外に扇面や、うちわなど楽しい素材を用いている。

終了後お茶を飲みながら、講評会をして、共感度を高める。



3、歌の会

(活動の目的)

声を出して歌うことを楽しむ
ストレスを発散する

(活動の概要)

年2回実施

講師が弾くキーボードに合わせて、歌の本を見て、歌いたい曲を皆で歌う。

4、インドマッサージ

(活動の目的)

同じ地域で営業しておられる、事業所の方にボランティア活動を通じて精神障害者についての理解を広げる。

(活動の概要)

年2回実施

アーユルベータ研究会の方が7～8名来られる。(年2回)

手や肩、背中をマッサージをしていただき、コミュニケーションをはかる。

アロマの香りの中、身体が癒されていく体験をする。



5、ガーデニング

(活動の目的)

草花をボランティアさんと植えて、自然に親しむ。

季節感を演出する。

(活動の概要)

年2回、事業所運営のカフェの店頭の花を植え替える。

ガーデニングについての方法を学ぶ。



6、イベント時に使用の椅子を購入

(活動の目的)

歌の会、勉強会の講座などを随時実施している。皆が一堂に会して活動する。

(活動の概要)

10脚購入した。

決算報告

収入	大同生命厚生事業団助成金		100,000
支出	パソコン講座	インク	21,260
		備品	7,760
		謝金	10,000
	絵手紙講座	材料費	13,240
		謝金	6,000
イベント		歌	10,000
		インドマッサージ	6,000
		ガーデニング	2,518
椅子	購入費		24,800
合	計		101,578