



2016 (平成 28) 年 11 月

新座市精神障害者家族会

やすらぎの会

352-0023 新座市堀ノ内 3-4-11

社会福祉法人にいざ内

第 195 号

TEL 048-482-5155

**11月例会では** 11月6日(日) 14:00~16:30 野火止一丁目集会所  
出席会員 19名

11月に入って寒い日が続いていましたが、6日は日差しが暖かく、会場の部屋の中は暖房をつけていないのに暖かくて快適でした。2時になると座席いっぱいの参加者で賑やかになりました。あちこちでおしゃべりが始まる中、司会者の「始まりますよー。」声で開会しました。報告の中で、10/27~28に三重県津市で行われた「みんなねっと全国大会(第8回精神保健福祉家族大会)」の話がありました。基調講演の「誰でもわかる認知行動療法」(大野裕先生)では、よい聴き方とは・・・という話で「人は語ることを通じて、多くの益を得ることができる。◇緊張が和らぐ ◇安心感を得られる ◇気持ちの整理がつく ◇問題解決の手段につながる ◇自分を肯定的に考えることができるようになる ——— など心に残ったところ。記念講演の渡邊博幸先生の「精神科アウトリーチ」では、千葉県東部の公立病院でのアウトリーチの取り組みを中心に話されました。支援システムに届かない人たちの生活の場に出向いて支援や助言を提供しようと取り組んでいることの紹介でした。今わが国の ACT 実施施設は 20 施設であることもわかりました。

10/28には新座市への要望書を提出したことの報告もありました。新座市福祉部副部長、障がい者福祉課課長に障がい者に対する福祉予算を削減しないように求める要望書を手渡しし、市長に届けてもらいました。例会の場でも署名用紙が集まり、すぐに提出することになりました。要望書の内容は同封のプリントをご覧ください。

報告の後ガレージバザールの参加者確認をし、2グループに分かれての懇談に入りました。どちらのグループも活発な、中身の濃い話し合いができたように思いました。

### 【今後の予定】

- 11/13 (日) 新座市ボランティアまつり(赤飯販売) 10:00~14:00 (第3庁舎)
- 11/16 (水) 差別の解消に向けた地域フォーラム13:00~(埼玉県県民健康センター)
- 11/21 (月) 「共に生きる地域社会を目指して」13:30~ (所沢ミュージアム管理棟5階)
- 11/22 (火) 精神科訪問支援が始まった(所沢からの報告)18:30~(浦和コミセン)
- 11/27 (日) 第26回自援会ガレージ・バザール 10:00~14:00 (中央公民館)
- 11/28 (月) 新座市地域自立支援協議会 14:00~ (第2庁舎5階会議室5)
- 12/02 (金) 家族相談 13:00~16:00 (支援センター相談室)
- 12/05 (月) 後援会役員会 10:00~12:00 (第3庁舎2階会議室)
- 12/11 (日) 第9回チャリティーコンサート 13:30開演 (ふるさと新座館ホール)
- 12/18 (日) 12月例会 14:00~16:30 (野火止1丁目集会所)

**12月例会のお知らせ**

日時: 12月18日(日) 14:00~16:00  
 場所: 野火止1丁目集会所(市役所の近くです)  
 内容: 年末に思うこと・1年を振り返って  
 ※うどん・チャンポンを注文した方は、例会でお渡ししますので代金をご用意ください  
 ※役員会は 12:30~ です

### 家族相談日

毎月第1金曜日 13:00~16:00

ご相談は15:30までにおいで下さい

12月は12月2日(金)です 場所:にいざ生活支援センター相談室

当番の家族相談員がお待ちしています(12月当番 佐藤・鶴飼)

# 予約される場合は鶴飼(080-1053-7816)まで

例会に出席できない方、ゆっくりお話ししたい方もお出かけ下さい

※ 埼家連の「心をつなぐ家族電話相談」もご利用ください

☎ 080-6685-2128(携帯)

相談日 毎週 月~金(土、日、祝日 は休み)

10:00~12:00 13:00~15:00 (昼食時間は休み)



さいたま市精神障害者家族会連絡会・さいたま市メンタルヘルスネットワーク共催

### 講演会「精神科訪問支援が始まった…所沢市からの報告」

精神疾患の大きな課題として、治療につながるまでに時間がかかり重度化してしまう、医療にながっても病気の自覚が難しく医療中断となり、家族ごと孤立して苦しむという現状が繰り返されています。その解決のために、訪問による医療や支援のしくみが必要だと家族の要望に応える形で、所沢市が精神科専門の訪問支援を立ち上げました。所沢市の囑託医である藤井千代先生から、実際の活動状況などをお聴きする貴重な機会です。多くの方のご参加をお待ちしています。

日時：平成28年11月22日(火) 18時30分～21時00分

内容：18:30～18:50 主催者挨拶・会議からの報告

18:50～20:20 国立精神・神経医療研究センター 精神科医 藤井千代先生 ご講演  
～ 休憩 10分 ～

20:30～21:00 参加者と意見交換(質疑応答も含む)

会場：浦和コミュニティセンター 9階 第15集会室 (JR線「浦和駅東口」より徒歩1分)

〒330-0055 さいたま市浦和区東高砂町11-1 TEL 048-887-6565

対象者：精神保健医療福祉に関心のある市民、精神保健医療福祉にかかわる支援者、学校関係者

資料代：500円

※参加希望の方は、一之瀬までご連絡を、まとめてFAXで申し込みます。  
(042-456-7333)

講演会のご案内

### 「共に生きる地域社会」を目指して

昨年から、所沢市で始まったアウトリーチ支援事業は、専門のスタッフがチームを組み在宅の精神障がい者の方々に必要なサービスを個別にお届けする制度です。これまでの病院中心・長期入院の弊害を排して、入院に頼らない「地域で共に暮らせる」精神科医療・地域福祉の向上こそが私たちの願いです。

講師 久永 文恵 先生

地域精神保健福祉機構・コンボ ACT-IPS センタースタッフ

11月21日(月) 13:30～15:30 13:00 受付開始

所沢市民文化センターミュージアム管理棟5F 展示室 航空公園駅東口から10分

\*主催 所沢市しいのき会 所沢蒼空会

入場無料

### イベントのお知らせ



### 第16回新座市 ボランティアまつり

11月13日(日)10時～14時 第3庁舎敷地内

★展示コーナー…各ボランティアグループの展示(スタンプラリー)

スタンプラリーを完成させ、賞品をゲットしよう!

★模擬店コーナー…赤飯・焼きそば・豚汁・パン・コーヒーなど

★骨密度、血管年齢の測定もあります(無料)

皆さんお誘いあわせてお出かけください

★やすらぎの会は赤飯販売で参加します。よろしくお祈りします。

前日11/12(土)13:00集合 赤飯の仕込み 場所:さわらび

当日11/13(日) 7:30集合 赤飯づくり 場所:さわらび

8:30集合 販売 場所:第3庁舎前テント

### 第26回新座自援会 ガレージ・バザール

11月27日(日) 10時～14時 中央公民館

例年どおり家族会では、赤飯づくりと会場での餅つきを担当します。

★当日の餅つき・赤飯作り・販売、前日の準備のご協力をお願いします。

11月26日(土) 前日準備

赤飯の準備—13:00集合 場所:さわらび

餅の準備—12:30集合 場所:中央公民館

会場の設営—12:30集合 場所:中央公民館

11月27日(日) 当日

赤飯作り— 7:30集合 場所:さわらび

餅つき・販売・会場係— 8:30集合 場所:中央公民館



★11月の例会で、それぞれの担当者を決めましたが、例会に参加されなかった方も、ぜひご協力をお願いします。お手伝いできる方は下記までご連絡ください。

一之瀬 (042-456-7333) 鶴飼(080-1053-7816)