

とら

社協はくば

だれの上にも広がる空
歌声をひびかせよう！
空（そ・ら）はみんなのもの。



No.108 平成28年1月26日

発行：社会福祉法人
白馬村社会福祉協議会
〒399-9301白馬村北城7025
白馬村保健福祉ふれあいセンター内
TEL (0261)72-7230
FAX (0261)72-7003
メールアドレス syakyo@vill.hakuba.lg.jp
ホームページ http://hakuba-syakyo.jp



☆困りごと・ボランティアのご相談は【白馬村社会福祉協議会】へ…

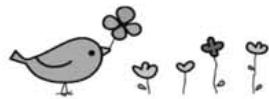
TEL 72-7230(直通)または72-5000(内線3102~3104) FAX 72-7003

☆介護・介護予防などのご相談は【地域包括支援センター】へ…

TEL 72-6667(直通)または72-5000(内線1149) FAX 72-7001

※この機関誌発行には、赤い羽根共同募金の配分金が使われています。

障がいを知ろう!! ~精神障がい編~



障がいは「身体障がい」「知的障がい」「精神障がい」の三つの種類に分類されています。

今回は三つ目の「精神障がい」についてご紹介します。

「精神障がい」とは、様々な精神疾患により、日常生活や社会生活のしづらさを抱える障がいです。病気の原因は解明されていませんが、脳内のなんらかの異常があり、ストレスに耐える力が弱い、生活体験が乏しくて人間関係をうまくつくってこれなかったといった環境的・心理的な要因も重なり合って発病することが多いと言われています。

精神保健福祉法では、「統合失調症、精神作用物質による急性中毒又はその依存症、知的障害、精神病質その他の精神疾患」と定義されており、これに基づいて精神障害者保健福祉手帳を取得することができます。



統合失調症

脳の神経ネットワークの働きがなんらかの原因でうまく機能せず、さまざまな情報をまとめることができなくなる病気。

- 【陽性症状】幻覚や妄想など
【陰性症状】意欲の低下、感情表現が少なくなる、記憶力や注意力、判断力が低下するなど



気分障害

文字通り気分が極端に沈んだり、正常の範囲を超えて高揚したりする病気。

- 【うつ状態】悲哀感、不安、イライラ感、意欲低下、不眠など
【躁状態】気分の高揚、過剰な自信、攻撃的になるなど



神経症・

本人の性格的な要因にストレスなどの外的な要因が加わり、症状を引き起こすと考えられている。脳の機能異常や機能低下が関与している可能性も分かっている。

- パニック障がい、恐怖神経症、強迫神経症など



てんかん

てんかん発作は、脳の一部の神経細胞が突然一時的に異常な電気発射を起こすことにより生じる。

急に動きがとまってポンヤリする、倒れて全身が痙攣するなど



特徴メモ

- ・ストレスに弱く、疲れやすい。
- ・対人関係やコミュニケーションが苦手。
- ・外見からはわかりにくいため、障がいについて理解されずに孤立している人もいる。
- ・精神障がいに対する社会の無理解から、病気のことを知られたくないと思っている。
- ・周囲の言動を被害的に受け止めてしまう。
- ・思春期・青年期の発病や長期入院のため、社会生活に慣れていない。
- ・認知面の障がいのため、何度も同じ事を質問したり、つじつまの合わないことを一方的に話したりする。

障がいの現れ方は
人によって異なります。

みんなが暮らしやすい地域の為に

私たちが出来ることって何だろう？

- ◆ 不安を感じさせない穏やかな対応をする。
- ◆ 相手の伝えたいことをゆっくりと、根気よく聞くようとする。
- ◆ 落ち着いて、ゆっくりと具体的な言葉で分かりやすく説明する。必要に応じて繰り返す。
- ◆ 「次はうまくできるよ」など希望がもてるような言葉かけを心がける。
- ◆ 精神的な負担となるため、必要以上に「がんばれ」などと励まさないようにする。
- ◆ 何度も聞き返したり、問い合わせたりしないようにする。
- ◆ 「やってほしい」と言われたことを丁寧にやる。余計なことは勝手にしないようにする。など



白馬村障がい者地域活動支援センター「せみとんぼ」

内 容：利用者が地域において自立した日常生活又は社会生活を営むことができるよう、利用者が通所し、創作的活動や生活活動の機会の提供及び社会との交流の促進を図ることを目的とする。

対 象 者：原則として15歳以上65歳未満で村内に住む障害者総合支援法に定義する障がい児者。

主な活動：週1回通所し、昼食作り、掃除、花壇などの手入れ、施設などへ出かけて交流する、季節の行事に参加するなど。



「昼食作り」

あいサポーターを募集しています



信州あいサポート運動

～ 障がいのある人もない人も共に生きる社会を目指して～



誰もが、多様な障がいの特性、障がいのある方への必要な配慮、障がいの有無にかかわらず共に生きる社会のあり方などを理解して、障がいのある方に対してちょっととした手助けや配慮を実践することにより、障がいのある方が暮らしやすい地域社会（共生社会）を県民の皆さんと一緒につくっていく運動です。

あいサポーターとは

多様な障がいの特性、障がいのある方が困っていること、障がいのある方への必要な配慮などを理解して、日常生活において障がいのある方が困っているときなどに、ちょっとした手助けをする意欲がある方であれば、誰でもなることができます。
(特別な技術の習得は不要です。)

あいサポーターになるためには

障がいの主な特性や必要な配慮をまとめたパンフレット「障がいを知り、共に生きる」と「あいサポートバッジ」を受け取ることで、誰でもあいサポーターになることができます。

① 各職場や地域・グループなどが開催する研修会に参加して「あいサポーター」に関する説明を受ける。

または、

② 「あいサポートバッジ」及びパンフレット「障がいを知り、共に生きる」の交付申込書を提出する。

[あいサポーター研修の内容 (75分)]

- ・信州あいサポート運動について（趣旨を説明、15分）
- ・障がいについて理解しましょう（DVDの視聴、50分）
- ・簡単な手話（日常で使う簡単な手話を学ぶ、10分）

あいサポート企業・団体も募集しています

あいサポーター研修のご希望、あいサポート企業・団体の募集などについては、下記までお問い合わせください。

【申込先・お問い合わせ】

〒380-8570 長野市大字南長野字幅下692-2 長野県健康福祉部障がい者支援課社会生活係
(電話)026-235-7108 (FAX)026-234-2369 (e-mail)fuku-shakai@pref.nagano.lg.jp

「信州あいサポート運動」で

検索

ひきこもり相談会

ひとりで悩まず、お気軽にご相談ください。
一緒に解決方法を考えていきましょう。

- 期 日：2月24日（水）10:00～12:00
- 場 所：ふれあいセンター 福祉相談室
- 費用等：相談無料・秘密厳守です



社会福祉協議会カレンダー 2月

日	曜	内 容
10	水	無料法律相談(福祉相談室) 13:00～15:00 ※要予約 1名30分 お問合せ・ご予約は白馬村社会福祉協議会まで (電話72-7230)
24	水	ひきこもり相談会



～ありがとうございます～

寄付金	タンテの会	17,000円
	ケーキ工房ルフレ	10,000円
	白馬花物語実行委員会	10,000円
	裏千家公済堂北沢社中	5,824円
	神城婦人会	10,000円
	北城婦人会	20,000円
	白馬ロータリークラブ	20,000円
	ダンクル	
	白馬商工会女性部	
寄付品	生命保険協会長野県協会	車いす5台
	匿名	米25kg、あはじき100個
	匿名	ファンヒーター1台
	山本 保	タオル、オムツ用品
	大塚 善弘	ポータブルトイレ (順不同・敬称略)



社協デイサービスセンター「岳の湯」 ～お知らせ～

★外食週間 11月9日～11月13日

八方のホテルでおいしい洋食をいただきました！メインはもちろん、デザート＆コーヒーまで♪ボランティアさんとの会話も弾みました！



美味しいね♪

ホテルでお昼だから、いつもよりおしゃれして来たよ！

★クリスマス週間 12月16日～12月22日

沢山の芸能ボランティアさんご協力ありがとうございました！



天まで届きそうな
クリスマスツリー☆
ハンドベルが荘厳に
響きました！
美人サンタさんのハ
ンドベル♪こんな近くで
初めて聴いたよ!!

社協デイサービスセンター「岳の湯」では、お話し相手、芸能などボランティアさん大募集中です！お気軽にお問い合わせください！

TEL 0261-85-0201

復興ボランティアセンターよりお礼

平成26年11月22日に発生した長野県神城断層地震において、白馬村で活動されたボランティアの皆様に下記のご協力を賜りました。

誠にありがとうございます。

温泉提供

白馬東急ホテル
白馬ハイランドホテル
八方尾根開発株式会社

[八方の湯 みみずくの湯
郷の湯 あびなたの湯
北尾根の湯]

宿泊場所提供

株式会社相模組 白馬営業所
(順不同・敬称略)

