

トト口通信

NO. 109

2023年3月号津山・きびの会通信

〒708-0863 津山市小桁 137-2

TEL 0868-23-0085

川島宅 23-3294、090-7541-5263

味噌作り R5

前日の雨模様が嘘のように、お日様がしっかり顔を出し、この時期にしてはきれいに晴れ渡った絶好の行楽(味噌作り)日和となりました。



広場に若干の水たまりが残る中、陽気にも誘われてか、会員・賛助会員のほか、趣旨に賛同いただいた方々など、老若男女、総勢21名の参加があり、賑やかに味噌作りが始まりました。

以前は、年寄り作業で、あそこが痛い、ここが痛いと言い合いながら、やっとのこと1日かかりで仕上げていた味噌ですが、熟練者？の適切な指導のお陰か？、段取りよく、いつもより1時間以上も早く作業を終えることができました。

参加者の中には、最近きびの会活動に加わった方々もおられますが、作業中の味噌団子投げが意外と好評(日頃のうっぶん晴らしかも)であったり、昼の休憩時間には、きびの会特製の「具たくさん豚汁」に舌鼓を打ちながら、皆で楽しくかわす会話に、一時を忘れるなど、きびの会活動の一端を知ってもらいたい機会であったと、確信しています。

ここ最近、会員の増加という有難い状況ではありますが、全員がそろそろ機会も少ない中、いろいろな行事を通じて、会員同士の親睦を図りながら、本来の目標である4本柱(広報、相談、就労支援、居場所作り)を忘れず、さらなる飛躍を目指していきたいと感じる1日でした。



(H.T.)

ピアサポーター研修の感想



研修は、昨年8月末と今年2月の2回に分けてありました。得られた知識がたくさんあり、研修を受けて大変勉強になりました。

自分への理解が深まったのが、「人生曲線」と「WRAP(ラップ)」です。

WRAPでは、自分の「元気の道具箱」を書くことにより、自分の元気になる事柄がわかったり、「日常生活管理プラン」を書くことにより、生活の目標が決まったりしてよかったです。

午後からの実践活動に基づく話し合いでは、11月の「ぴあマルシェ」の実践を発表しました。グループの方から「当事者の話を聴くだけでなく、焼きそばを作ったりバザーをしたりして、活動をすごくがんばっていますね。」とほめていただきました。

「ピアサポーターの手引き」では、みんなで文章を輪読し、心に残ったことは、サポート活動はサポートに関わる方との距離の取り方に気をつけひとりで抱え込まないようにスーパーバイザーに情報を報告共有して相談することが大切であるということです。

また、傾聴の大切さ、傾聴のスキル(うなずき、繰り返し、支持、質問など)を知ることができ、少しずつ実践できるようになりたいと思います。

右手 由紀子

お知らせ

※ 「ひきこもり当事者と家族の集い」

3月15日(水)



FM2津山放送ありました

※ 「カタクリを愛でる会」 月25日(日)