

特定非営利活動法人 東京ソテリア 通信

ソテリアたより

第19号

Arte e Salute

公演出演者オーディション開催！

アルテ・エ・サルターテ劇団とともに
出演する日本からの参加者を募集します。

東京ソテリアでは2018年10月、ボローニャで活動するアルテエサルターテ演劇集団を招聘し公演活動を行いました。その活動は大きな反響を呼び、2020年10月の再招聘再公演が決定しました。

マラー・サドの演目を東京・浜松・名古屋・大阪の4都市にて公演予定です。

あなたもアルテエサルターテ劇団と共に出演してみませんか？

ワークショップ形式のオーディションです。お気軽にご参加ください。

オーディション会場

- 【東京】9月7日（土） 地域活動支援センターはるえ野
（東京都江戸川区春江町2-4-1-8）
- 【浜松】9月11日（水） ぴあクリニック内虹の家
（静岡県浜松市北区根洗町5-3-7-2）
- 【名古屋】9月14日（土） 名古屋市演劇練習館 [アクテノン]
（愛知県名古屋市中村区稲葉地町1丁目47番地：稲葉地公園内）
- 【大阪】9月16日（祝月） 堺市立南図書館ホール
（大阪府堺市南区茶山台1丁目7-1）

申込方法

WEBフォームからお申込みください。 <https://soteria.jp/a/3968>

※ウェブフォームからのお申し込みができない場合、下記の必要事項を明記の上、2020@soteria.jp までメールをお送りください。

→氏名、性別（任意）、年齢、住所、電話番号、FAX（任意）、メールアドレス、以下の中で該当するものを選択してください。

（医師 / 看護師 / 作業療法士 / 薬剤師 / その他医療職 / 精神科受療歴あり）

締切 8月31日（土）まで

【劇団】アルテ・エ・サルターテ

イタリア、エミリア・ロマーニャ州立ボローニャ地域保健連合機構
精神保健局の患者達によるプロフェッショナルな劇団である非営利団体

【演目】マラー／サド

「マラー／サド（マルキ・ド・サドの演出のもとにシャラントン精神
病院患者によって演じられたジャン＝ポール・マラーの迫害と暗殺）」

東京ソテリアハウス（グループホーム） ～ミーティング 外からの人～

ソテリアハウスでは、毎週金曜日夕食後、メンバミーティングを行っています。このところ、グループホーム入居、江戸川区精神障害者自立生活体験事業、短期入所、地域移行などの見学や体験等で、多くの来訪者や宿泊に来る方がいました。7月のミーティングにて、家に、新しい人やいろいろな人が出入りすることを、どのように感じているのか話し合いました。「新しい人に、（家のことを）教えてあげている。自分にとって自然なこと。」「いろいろな人に、ここに住みながらあうことができる。」「（入居間もないメンバから）慣れてきたが、どの人が、入居者なのか、体験で来ているのかわからない。ここは、スタッフかメンバかもわからない感じ。」など、見学や宿泊者を、区別なく自然に受け入れているとのこと。そして、自分が出かけることと、外から人が来てくれること、どちらも共に大切なことであり、よりソテリアハウスでの生活が豊かになるのだと、みなで話し合いました。

江戸川区精神障害者自立生活体験事業

ソテリアハウスでは、江戸川区精神障害者自立生活体験事業を行っています。現在40名ほどが登録、6月は延べ14名の方が利用されました。利用される方の目的・目標は

- ・ご家族から自立を目指して
- ・ご家族との生活から時々休みに
- ・入院から地域の生活へ
- ・グループホーム入居に向けて
- ・一人暮らしで、ときどき休みに
- ・一人暮らしで、入院しないように
- ・ソテリアハウス卒業後、実家に帰るように
- ・・・などなど

その方の目標に応じて、計画を立て、グループホームの一室で、1泊2日から6泊7日まで宿泊します。メンバやスタッフとおしゃべりをしたり、家事を一緒にしたり、夕食を一緒に囲み、金曜日はメンバミーティング。時にはイベントに参加したりと、グループホームでの仲間との生活を体験することもできます。

東京ソテリアショートステイ（短期入所）

ソテリアハウスでは、短期入所を行っています。東京都在住の方を対象に、ご家族の介護が難しい時、介護者にとってのレスパイト（休息）、一人暮らしのレスパイト（休息）、自立に向けての練習など、グループホームでの生活の体験やサポートを受けることができます。短期入所の受給者証が必要となります。ご希望の方は、お問い合わせください。

東京ソテリアハウス・ふれにあ本舗グループホーム 家族のつどい

6月18日事業報告会と同日に、東京ソテリアハウス・ふれにあ本舗グループホーム「家族のつどい」を開催し、入居中の方、卒業された方のご家族に参加いただきました。

ご家族から、近況、入居間もなくの不安、グループホーム卒業にむけての疑問、家族のかかりかた、グループホーム卒業後の住宅費の補助の要望などの話題が上がりました。スタッフから、今使える制度の案内や、グループホームや法人の取り組みについて共有させていただきました。

ご家族から、ご家族どうしの情報共有の時間はとても楽しみである、時間の縦軸（入居中、卒業後）の情報は役立つとのご意見をいただいています。ご家族どうしの支えあいの場ともなっています。

<ふれにあ本舗 ナースステーション (NS) >

梅雨から夏にかけて、気温や気圧の変化が大きく、体調を崩す方が多い時期でした。これから暑くなりはじめの時期は、熱中症になりやすいので、お気をつけください。

訪問看護は、ひとり暮らしの方も多く利用されています。ひとり暮らしは、マイペースで暮らすことができるのが利点なのですが、調子が悪いときや悩みごとがあるときには、ひとりで考え込んでしまいがちです。そういうときには、ぜひ信頼できる人に話をしてみてください。人に話すうちに、いいアイデアが思い浮かぶかもしれないし、気持ちが楽になるかもしれません。人と話すこと以外にも、外出したり、体を動かすことも、気分転換の方法としてオススメです。自分なりの気分転換の方法を見つけて、楽しく夏を過ごしましょう！

☆訪問看護の利用にあたっては主治医の指示が必要となります☆

<ふれにあ本舗 グループホーム (GH) >

夏ですね。スイカ割りに花火にお祭りに・・・いろいろなイベントが待っている夏ですが、8月には愛知県は知多半島まで旅行に行きますよー！バーベキューをしたり海で泳いだり、ふれにあメンバーは夏の漢になって東京に戻ってきます。感想は次回の通信をお楽しみに！！お仕事の都合等で旅行参加できないメンバーも、是非お土産を期待しててくださいね。

前回に続き、グループホームでは7月に新たなメンバーが加わります。出会いがあれば別れもある。通過型グループホームの宿命ですが、みんな仲良く過ごしていきましょう。ここでの思い出が、きっと次の生活の糧となりますように。

<ふれにあ本舗 ホームヘルプステーション (HHS) >

今年は梅雨がなかなか明けず、晴れの日が少ないですね。東京都心では7月5日～11日まで7日間連続して最高気温が25度未満とのことで、これは26年前の記録に並ぶようです。このような天気の日、気分も滅入ってしまい家事や外出が思うように出来なくなることも少なくありません。そのような時はお気軽にホームヘルプのご相談をしてください。

また、じめっとした気候からカビが発生したり、食べ物も傷みやすくなったりします。ここ最近、お部屋の整理をしてない・・・という方はこの機会に一緒にお掃除しましょう！

小さなことからコツコツ取り組み大きな幸せを。ふれにあ本舗ホームヘルプステーションでした！



地域活動支援センターはるえ野

令和元年8月の予定

月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat	日 Sun
			1 はるえ祭	2 ㊦ソテリアちゃんねる	3 休	4 法律相談会
5 (予約制) ㊦パソコン講習会 夕食会	6 ㊦ヨーガ	7 休	8 夕食会	9	10 休	11 休 山の日
12 振替休日	13 15時閉館	14 休	15 15時閉館 ㊦はるえ野運営 ミーティング	16 15時閉館	17 休	18 自由な日
19 (予約制) ㊦パソコン講習会 夕食会	20	21 休	22 夕食会	23	24 休	25 自由な日 家族相談会
26 カレーの日	27	28 休	29 夕食会	30	31 休	

令和元年9月の予定

月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat	日 Sun
						1 自由な日
2 (予約制) ㊦パソコン講習会 夕食会	3 ㊦ヨーガ	4 休	5 ㊦はるえゼミ 夕食会	6 ㊦ソテリアちゃんねる	7 休	8 自由な日
9 夕食会	10	11 休	12 ㊦はるえ野運営 ミーティング 夕食会	13	14 休	15 自由な日
16 休 敬老の日	17 ㊦ヨーガ	18 休	19 ㊦はるえゼミ 夕食会	20 ㊦ピアタイム	21 休	22 自由な日 家族相談会
23 休 秋分の日	24	25 休	26 夕食会	27	28 休	29 自由な日
30 カレーの日						

地域活動支援センターはるえ野

～ プログラムのご案内 ～



ヨガ教室



第1・3火曜日 日時・会場下記参照

8月 6日 13:30～15:00 東部区民館スポーツルーム A
8月20日 お休み
9月 3日 13:30～15:00 東部区民館 和室やすらぎ
9月17日 13:30～15:00 東部フレンドホール 和室

法律相談会のご案内

8月4日(日)法律相談会

会場:地域活動支援センターはるえ野

時間:個別相談 13:30～

参加費100円

申込み不要ですので、お気軽にお越しください!

家族相談会のご案内

8月25日(日) 13:30～15:00 @はるえ野家族室

9月22日(日) 13:30～15:00 @はるえ野家族室

ソテリアちゃんねる

第1金曜日 13:30～

場所:はるえ野

ソテリアエンプロイメントによるラジオの収録です。

パソコンプログラム

第1・3月曜日 13:30～15:00

【予約制】先着順定員6名まで。
スタッフへお申し込み下さい。(電話可)

はるえゼミ・文芸プログラム

第1・3木曜日 13:30～15:00

8月 1日 夏祭り会場にて個別相談会

8月15日 お盆休み

9月 5日 障害者の人権問題

9月19日 障害者の人権問題(予定)

ピアタイム

第3金曜日 13:30～

場所:はるえ野交流室

8月 16日(金) 内容募集中

9月 20日(金) 内容募集中

居住支援～住宅セーフティネット

平日 月・火・木・金

相談受付 11時～17時

随時受付:相談は予約制となります。

はるえ野事務所までお問合せください。

はるえ野運営ミーティング 月1回木曜 13時～(予定) はるえ野の運営について皆で考え話し合う会です!

はるえ野では、プログラムの他にもサークル活動を行っています!

★アートサークル★

先月は銀座のアート展に行きました!

はるえ野を利用している方々の絵が見事入選しました!

★スポーツサークル★

卓球部:第2・4火曜日(8月13日、8月27日、9月10日、9月24日)

ポッチャ:第2・4金曜日(8月9日、8月23日、9月13日、9月27日)

○お問い合わせ

☎ 03-5664-6070

FAX 03-5664-6071

相談専用回線 03-5664-6072 (登録者専用)

URL www.soteria.jp

✉ info@soteria.jp

江戸川区春江町2-41-8

開館時間 (月・木 10:45～19:00) (火・金・日

10:45～17:00) ※毎週水・土・祝祭日は休館



高次脳機能障害者支援

	日時	場所	内容
専門相談	月3週目 木曜日 9:30~11:30 ● 8月22日(木) ※4週目に変更 ● 9月19日(木)	はるえ野 家族室	現在困っている事・これからの将来の事など、専門医に相談できる時間を設けています。(予約制)
認知機能訓練	毎週火曜日 13:00~14:00 14:00~15:00 ● 8月6, 13, 20日 ● 9月3, 10, 17日	はるえ野 家族室	言語聴覚士による集団リハビリ訓練。
生活訓練	月の最終週火曜日 13:00~14:30 ※時間変更 ● 8月 27日 ● 9月 24日	はるえ野 家族室	調理活動、外出訓練、創作活動、グループワークによる生活訓練。
就労プログラム	毎週火曜日 11:00~12:00 ● 8月6, 13, 20日	はるえ野 家族室	就労に特化したプログラム。
家族相談会	● 7月 20日(土) 13:00~15:00	はるえ野 交流室	ご家族・ご本人を対象とした情報提供や相談会
つつじの会 (江戸川区高次脳家族会)	● 8月 3日(土) 10:00~13:00 (※予定) ● 10月の開催日は お問い合わせください	※お問い合わせ ください	情報交換・交流会 8月は料理会(予定) 10月は未定
交流室 プログラム	毎月第1・3週 13:00~15:00	はるえ野 交流室	3ページ目参照

生活訓練 ※13:00~14:30 時間変更

6月・7月は、はるえ野夏祭りに向けた調理を行いました。ついに8月1日が本番！
高次脳班では「焼きそば」と「ポッチャ」ブースを担当します！ぜひ遊びに来てください！
★8月・9月は、外出や室内レクリエーションを企画しています★

就労プログラム 6月から就労プログラムがスタートしています。8月末で第1期終了となります。

担当：松本 直之

内容： 6月 グループワーク(履歴書・職務経歴書作成、病気・症状を伝える、障害者雇用とは)
7月 講義「働くための制度や社会資源」「ハローワーク／東京都障害者職業センター」
8月 実際に高次脳機能障害を持ち就労している人との交流・職場見学をする予定です。

★途中参加も可能です お気軽にお問い合わせください★

江戸川区 スポーツチャレンジデー 2019

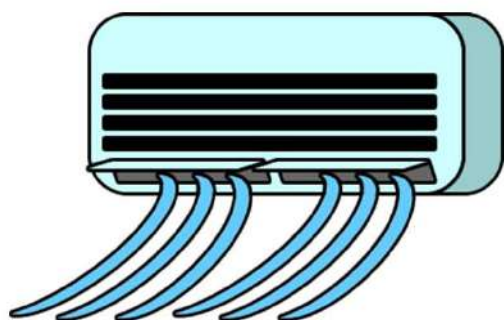
が開催されました！



5月29日（水）に江戸川区スポーツチャレンジデーが開催されました。これは海外の自治体と参加率を競うワールドチャレンジデーの一環として催されています。人口が25万人以上で100万人未満の8自治体のうち、江戸川区が最高の参加率を誇りました。

ソテリアでの取り組み

東京ソテリアでは参番館近所の公園でドッジボールを行いました。参加者は15名でしたが、皆初めのうちは軽い運動程度に考えていたようですが段々と白熱して元は15分の予定が30分程度まで延長されました。幸い怪我人もなく、皆とても楽しめたと思います。スポーツチャレンジデーの本旨に則った行事にできました。



熱中症

にはご注意を！

喉が渴いたらもう危険信号です！水分補給と塩分補給はお早めに。

また、最近のエアコンは高効率なものになっているため電気代は非常に安く済みます。熱中症で病院にかかるよりも遥かに安く済みます。28度では基本的に高すぎます。暑いと感じる、汗を沢山かくようなら低めの温度に設定しましょう。

タココンペ

が開催されました！

愛知県知多半島にあるゲストハウス浜茶屋のメニューを考えて発表しあうタココンペが行われました。浜茶屋はタコをマスコットキャラクターとしており、タコにちなんだメニューが募集されました。メニューにタコが付けばタコが入ってなくてもOKです。特別賞と1位には浜茶屋2泊3日の宿泊券、2位には一陽堂オレンジカフェの5回分無料チケットがプレゼントされました。

出品作品にはタコの入ったタコスやイカスミとタコのデスマッチパスタなどユニークなものから、タコ餃子やタコのマリネなど賞を狙いに行ったものまで様々なものが考案されました。以下に結果を掲載致します。

- 1位 タコ餃子
2位 南アメリカ風タコのマリネ
特別賞 タコマッシュ



メニュー化されるのはタコマッシュとなりました！

タコマッシュとは、茹でたジャガイモを潰して味噌グラノーラと輪切りのタコの足を混ぜたものです。

皆様浜茶屋へお立ち寄りの際は是非ご賞味ください！

ゲストハウス浜茶屋

愛知県知多郡南知多町内海一色45

・名鉄内海駅よりバス5分（西海岸線「東浜」下車）徒歩1分

・南知多道路南知多ICより内海方面15分

送迎あり（条件あり）

・名鉄内海駅より無料

・中部国際空港より有料（6名様まで片道1200円）

電話番号:0569(84)6600

FAX :0569(84)6601

Mail :info@hamachaya.jp

