

どんまい便り

vol.46

October,2023

法人ピアサポート	
ピア活動紹介P1
NPO 法人どんまい	
資格取得に向けて／新人紹介P2
さろんだぞう	
サロン活動報告P3
シェアハウスこだち	
こだちでビアガーデンに行ったよP4
どんまいハウス	
すしえもんに行ってきましたーP4
サテライト型グループホーム開設に向けてP5
ゆっくりクラブ	
ゆっくりクラブビアガーデンP6
どんまいクラブ	
夏まつりP7
カレンダー／干支根付P8
いんさつの咲々屋	
中綴じ機P9
まつたいタイム／ランチピッフェP10

賛助会員募集・編集後記



どんまい便りは
いんさつの咲々屋で
印刷しています。
ご用命はお気軽に
089-961-1991



清水地区民生委員 勉強会

皆さんは「民生委員」さんをご存じですか？

地域住民の立場に立って、住民からの生活上の心配ごとや困りごと、医療や介護、福祉、子育ての不安などの相談に応じ、その課題が解決できるよう、行政や関係機関への「つなぎ役」になってくださる、まちの福祉のボランティアさんです。

今回、清水地区で活動されている民生委員さんからご依頼いただき、「精神障がい者の現状と NPO 法人どんまいの取り組み」について谷本理事長の講演とピアソーター 2 名による体験発表を行いました。

谷本理事長の NPO 法人どんまいの立ち上げからの現在の活動に至る熱い思いやピアソーターの様々な経験を経て、自分の望む未来に向か着実に歩んでいる姿に触れていただき、参加された方々にも今回の勉強会の開催を大変喜んでいただきました。



★ ポーターさんの感想

- 初めての体験発表はものすごくドキドキしましたが、一人でも多くの方に精神障がいのことを知ってもらえるいい機会だったと思います。これからも色んな活動をしていきたいです。(長井)
- 体験発表が出来て良かった。(佐伯)

★ 民生委員・児童委員 松山市清水地区担当 阿部 薫さん

どんまいの皆さんのお素晴らしい活動を多くの人に知ってもらう事ができました。感謝。





資格取得に向けて 勉強がんばってまーす！！



Q

&

A

- Q1. 今、何の資格を目指していますか？
- Q2. 取ろうと思ったきっかけは？
- Q3. おすすめの勉強方法は？

竹田 聰

- A1. 精神保健福祉士をめざして、今年の4月から一般養成課程に入学しました。卒業が2025年予定なので、国家試験は2026年2月になります(60歳になるのは内緒です)
- A2. この仕事をしていく上で、経験だけではなく根拠を持った支援をするためには必須だと思うからです。
- A3. 知識をインプットした後、効果的な期間においてアウトプットで記憶を定着させること。勉強アプリ「Studyplus」がおススメです。

中岡 えみ

- A1. 精神保健福祉士
- A2. どんまいへ入職し、様々な生活歴のある方と接していくなかで、利用者の方へ専門的な視点からもっと適切で必要な支援を提供していきたいと思い、資格取得を志すようになりました。
- A3. 今年の4月から入学し、勉強へ手を付けたばかりなので、現在模索中です(汗)
良い勉強方法があれば、ぜひ皆さんのご意見をお聞かせください！

高橋 陽子

- A1. 精神保健福祉士・社会福祉士の国家試験を2026年に受験予定です
- A2. 高齢者福祉施設に勤務の際、精神疾患の対応法を調べているうちに自然と取ろうと思うようになった。
- A3. 勉強時間の制限を作り、ダラダラ勉強せず集中する

山崎 正芳

- A1. 臨床心理士の資格取得を目指しています。
- A2. メンバーさんの不安や心配事に寄り添えるようになるため・メンバーさんへの関わりや支援の幅を広げていきたいと思ったことがきっかけです。
- A3. 過去問を解く→分からなかった問題を参考書で調べる、を繰り返して、知識を定着させるようにしています。

「NPO 法人どんまい」に新しい職員が仲間入りしました！

新人紹介☆入職のきっかけ☆



どんまいハウス

長野 佑治
(ながの ゆうじ)

「どんまい」で働かれている方から「雰囲気が良くとても働きやすい職場」と伺ったことで入職したいなと思うようになりました。その後、見学に伺った際に温かく迎えてくれた職員の方・メンバーの方と出会い「この場所で働きたい！！」と入職を決心しました。

☆ 趣味・特技 ☆

キャンプ、旅行、料理



☆ ひとこと ☆

『出会いに感謝』『人は宝で財産』私の大切にしている言葉です。忙しくても嫌な顔をせずに優しく教えてくれる先輩方、笑顔が素敵なメンバーの皆様に支えられて充実した日々を送っています。まだまだ不慣れなことが多く、たくさん迷惑をかけておりますが多くのことを吸収して、1日でも早く1人前になれるように尽力していきたいと思っております。よろしくお願ひいたします。



まいペ～す (毎月第3木曜日)

最近のまいペ～すはボードゲーム、麻雀、おしゃべりや漫画を読むなど参加者が思い思いに過ごすことができています！普段別の事業所を利用されている方はまいペ～すへの参加が月に1回の楽しみになっています。今年の夏は猛暑が厳しかったため、これからは周辺散策など内容の幅を広げられればと思います。



どんまい食堂 (毎月第2金曜日)

再開後のメニューは「カレー」、「冷やし中華」、「天ぷらそば」を作って食べました。自宅とは違う場所で参加者みんなと食べる夕食は好評です！今後も参加者の意見を聞きながら満足していただけるどんまい食堂を運営していきたいと思います。



どんまいサロン (毎週土曜日)

毎週土曜日に開催しています！昼食のメニューは前週参加者で意見をだし多数決で決めています。これまで「酢豚」「すき焼き」「カツ丼」等々。調理は役割分担してみんなで行い、料理の腕前が上がっている方も。昼食後はカラオケ、トランプなどを楽しんでいます！



上記サロンは全て事前申請が必要です。参加希望の方、もっと詳しく知りたい方は089-907-3380までお電話いただくか、どんまいのホームページ「お問い合わせ」(担当者 井上)をご利用下さい。

共同住居 シェアハウスこだち



こだちでビアガーデンに行ったよ

こだちの入居者の方は、食べることが大好きです。『何かしたいことはないか?』と聞くと、沖野さんが『ビアガーデンに行きたい!』と言われ、他の入居者も賛成。8/18 金曜日にみんなでリジェール松山に行ってきました。



入居者の感想

●お料理が新鮮でおいしかったです。みかんジュースが飲み放題でよかったです。 渡邊真子

●バイキング形式の料理がおいしかったです。 村上新二

●お酒がうまかったです。バイキングではいろいろ試してみました。 沖野智広

●料理が多くどこも食べやすかった。飲み物も量が多く何を見たらよいが驚きました。 仁井真由美



スタッフの感想

いつもとは違った雰囲気に疲れもあったかと思いますが、お酒もあってとても楽しい時間を過ごされました。いい経験になったようでよかったです。また、みんなで出かけたいですね。(富永)

共同生活援助事業所 どんまいハウス



行ってきましたーー！



8月21日(月)に、グループホームひなたで、すしえもん久万ノ台店に行ってきました！7月にもグループホーム全体での外食レクがありましたが、ひなたの方が体調不良で参加がかなわなかったため、今回のレク開催となりました♪



参加者の声

★すしえもんは普段あまり行く機会がなかったので、行くことができて良かったです！ N.M



★メニューが豊富で、いろいろな商品が選べて良かったです Y.K

★久しぶりのお寿司だったので、美味しかったです K.F

皆さんが楽しみにされていた夕食レク♪当日は豊富なメニューの中から、自分の好みに合わせたものを注文し、食事を満喫されていたように思います。また皆で外食レクに行きましょうね★

(中岡)

スタッフの感想

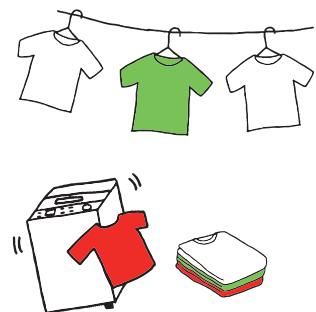
共同生活援助事業所 どんまいハウス



サテライト型 グループホーム 開設に向けて始動中！！

現在、どんまいハウスではサテライト型グループホームを開設に向けて始動中です！

サテライト型グループホームとは、グループホームから一人暮らしへステップアップのための施設です。地域移行支援を通じて、より希望に近いかたちで単身生活を叶えられるように、サテライト型グループホームを開設することいたしました。単身生活へ一足飛びに移行するよりも、サテライト型グループホームを利用しながら、一つずつ課題を解決しながら着実に、一人暮らしを実現できるよう支援いたします！



金 サテライト型グループホームについて 金

現在、本町と宮西にグループホームがあり、そこから徒歩10分程度のマンションの一室をサテライト型グループホームとして開設します。食事などは本体のグループホームにて利用し、職員も1日1回は必ず訪室いたします。日々の相談や掃除支援や調理支援など、生活支援を行います。

1人暮らしに近い環境のサテライト型グループホームを利用しながら、将来的には単身生活ができるよう支援していきます。

就労継続支援 B型事業所 ゆっくりクラブ



ゆっくりクラブビアガーデン at 高島屋



コロナ禍で中々行けなかったビアガーデン、5類になったことでやっと行けました。
4年ぶりかな。今回はいよいよ高島屋のフレンチビアブッフェだ！



まずは乾杯！お疲れ様です。



料理はこんな感じ、フレンチ中心でした。
食べるぞ！



ほろ酔い組～。美味しい！



ソフトドリンク派。

なんと！10年ぶりのビアガーデンでした。みんなワイワイ楽しかったです。また、どこか行きたいです。 M.T

サイコーヤつたつ！本当に美味しかったです。また行きたいです。 T.O

意外な人の素顔が見れて良かったです。 H.N

久しぶりのビアガーデン、すごく楽しかったです。梅酒、美味しいかったです。 K.M



最後に皆でパチリ

職員の思い

コロナ禍でレクリエーションも制限されました、数年ぶりにゆっくりメンバー・職員でビアガーデンに参加しました。

普段話すことのない利用者同士もお酒が入り、楽しそうに交流していました。これからも楽しいレクを企画していきたいです！ (川本)

就労継続支援 B型事業所 どんまいクラブ



夏まつり



8月16日(水)、事業所内で夏まつりレクを行いました！

午前は調理、午後は自由解放とし、DVDを観たり、カードゲームをしたりしました～



どんまいケーキを焼くのは
楽しかったけど暑かったです。
みんな美味しいと食べ
てくれてよかったです。(H)



初参加、楽しくやれました。
フランクフルトもずかしい。
(Y.W)



おにぎり作りをこつだい
ました。しあわおにぎりがあいしかったです。
その後トランプをしました。楽しかつ
たです。(S)



やきそばとおにぎりを注文
しました。おいしかったです。
その後、トランプをしました。
楽しかったです。(K.H)



いつもは話さない方とあしゃべりできて楽
しかったです。お料理も屋台の雰囲気がで
ていて、気分転換になりました。(A.Y)



ポテトやどんまいケーキを
みんなで作りましたー。
おいしかったー。こういうイベ
ントは初めてだったのでとても
楽しかったです ^~^ (Nさん)



【スタッフの思い】

初の試みでしたが、たくさんの笑顔がみ
られてよかったです。普段頑張正在りてい
るみなさんの気分転換になる機会を今後
も作りたいと思いました😊(米澤)





2024年度版 ほのほのかレンター 絶賛発売中!!

見開き A3 サイズ 1100円



イラストレーター

わたなべ大さんに突撃インタビュー!!

10年間私たちを楽しませてくれた「まいとらぶ」シリーズもいよいよ今回で最後となります。ファイナルは、なんと絵本スタイルでのお届け!!まいちゃん、らぶちゃんのお話の完結編をぜひ見届けてください!!

2025年度版から、
また新しいシリーズがはじまるので、
乞うご期待!!!



Q①

ファイナルを迎えて今回のテーマに込められた思いを教えてください。

A①

今回は最後にふさわしいように、絵本として制作しています。お話は、初めて読んだ人でも分かるような内容ですが、ずっと見て来ていた方には、より深くまいとらぶを知っていただけるんじゃないかなと思います。そしてシリーズとしては、きれいごとしごくない終わりの方にもなったと思いますので、ぜひじっくり読んでいただきたいです。

Q②

10年間「まいとらぶ」シリーズを楽しみにしてくださったファンの皆さんにメッセージをお願いします。

A②

まいとらぶの成長を見続けてくださった皆さん、10年間ありがとうございました。皆さんのあたたかいお声のおかげで、楽しく描き続けられましたし、僕の作った代表的なキャラの一つになったと思います。来年2月ごろには10年の集大成となる、まいとらぶだけの作品展を開催予定です。また、まいとらぶにぜひ会いに来てください。よろしくお願いします。



新商品紹介

時がタツのは早いものです。

1日1日を大切に...



干支根付

辰 (たつ)

450円

【メンバーさんコメント】

今年は初めてデザインを考えました。風になびいてるおヒゲがこだわりです。可愛く出来てるでしょ? (Nさん)



新しい中綴じ製本機が導入されました！

令和5年5月24日、
赤い羽根共同募金の助成により中綴じ製本機が
この度導入される運びとなりました。
皆様の善意に感謝しております。

point1

ホッチキス製本が できます！！

今まで使っていた針金とじ機と比べより
簡単に中綴じ製本ができるようになりました。



point2

二つ折りにも できます！！

今まで利用者さんが折っていた二つ折りの
作業ですが、この機械で簡単にできて作業
効率もup！

利用者さんの声

効率アップかつ簡単に操作できるので、作業効率が上がり便利になりました（s.k）

スタッフの思い

中綴じ製本機が導入され、以前より作業手順が簡単になりました。
今まで作業手順が難しくて製本が苦手だと感じていた利用者の方にも、この機会に作業の幅を
広げてもらえると思いました。（大西）

就労継続支援B型事業所いんさつの咲々屋



「まったりタイム」はじめました

咲々屋では、4月から新しく「まったりタイム」という時間ができました。月に1回、作業が終わったあとに、みんなでおいしいものを食べながらお話をしたり、ゲームをしたりする、まさにまったりした時間です。（実はこの名前も利用者さんが考えてくれました！）



1月のまつたりタイムではおからを使ったかんたん「おからケーキ」を作りました！おいしそうでしょう？



おからケーキ完成！



おからケーキつくってます

ランチビュッフェに行ってきました！！

令和5年6月にランチビュッフェに行ってきました。咲々屋では久しぶりの外食レクとなり、開催前から楽しみにしていました。普段は過ごせない時間や美味しい料理に大満足でした！



つぎはなに食べようかな～



みなさん思い思いに
いろんなものを食べました



スタッフの一言



作業とは違う時間を過ごす事で明るい表情が沢山見えました。作業、レク両方に力を入れていきたいと思います。（柳原）

NPO 法人どんまい 賛助会員募集中！

いつも NPO 法人どんまいの活動へのご理解、ご協力を頂きまして心からお礼申し上げます。

皆様のおかげで、活動を無事に行っていくことができます。

ご協力いただける賛助会員を募集しておりますので、よろしくお願ひ致します。

ご賛同いただける方はメールかお電話でご連絡の上、下記の口座にご入金お願ひ致します。

ゆうちょ銀行

◆口座番号 01630-3-140194

◆口座名 NPO 法人どんまい

※他行からお振込みの場合

169店 当座 0140194

伊予銀行

松山駅前支店 普通 1922677

NPO 法人どんまい 理事長 谷本圭吾

個人会員=1口 5,000円

団体会員=1口 10,000円

お問い合わせ先

NPO法人どんまい本町事務所

TEL 089-907-1541

Mail donmai-jim@npo-donmai.com

個人情報の取り扱いについて

- ◆取材（画像など含む）、原稿依頼などにより取得した個人情報及び個人データは、「どんまい便り」への掲載のために使用します。
- ◆当広報誌は、個人情報が掲載されておりますので、複写・転載を禁じます。
- ◆個人情報の画像の取り扱いについては、各施設ごとに利用者と取り交わした書面の内容に基づいて取り扱っております。

サロン事業

月3回サロンを対面で行えるようになり、徐々にコロナ前の日常が戻ってきたと感じます。

普段グループホームでは調理をしない方も、どんまいサロンでは全員何らかの調理を担い、毎週おいしい昼食を食べています。コロナ前までは一人暮らしの練習で参加している方もいたなど懐かしく感じます。参加している方にとってサロンが何か一つでもお役にたて、居場所になっていく事を願っています。

お問い合わせ先

NPO法人どんまい本町事務所 089-907-1541

編集後記

「どんまい便り第46号」は、いかがでしたでしょうか？

コロナが5類になり、感染対策を取りながらではありますが夏祭りやビアガーデンなど、久しぶりにレクリエーションを開催することが出来た夏でした。利用者の皆さんのが日々の生活を楽しめるように、工夫しながら取り組んでいきたいと思います。

今後とも、NPO 法人どんまいをよろしくお願ひ致します。

編集担当者一同