

SSKO

NPO法人 共に歩む市民の会 会 報



2024年11月15日 発行

共に歩む市民の会広報委員会

横浜市旭区鶴ヶ峰 1-29-1

☎045-453-8386

[http://tomoni-people.net//](http://tomoni-people.net/)

【旭区生活支援センターほっとぽっと運営連絡会会長就任に際して】

佐藤 進

（鶴ヶ峰地区町内会連合会会長）

この度、運営連絡会会長に就任いたしました。どうぞよろしくお願いいたします。

私は1970年代、世界の音楽界をリードした、サイモンとガーファンクルの曲「明日に架ける橋」が大好きです。ポール作詞、ガーファンクル作曲の名曲の中に私が身を横たえて向こう側への橋になるという話です。

まさに今の私と重なる部分が多々あります。私の大きな役割の一つは、地域と「共に歩む市民の会」との架け橋になることではないかと思っております。

幸いなことに当鶴ヶ峰地区では、連合・地区社協・区社協・地域ケアプラザとの協働で、さまざまな部会活動が行われております。また地域作業所との相互理解、連携は地区社会福祉計画の大きな柱となっております。

共に歩む市民の会におかれましては、地域の一員として地域に開かれた、地域に愛される、地域と協働できる、そのような関係が構築できる存在になればと思っております。

近年、社会の高度化・複雑化に伴い今まで当たり前なのが当たり前でなくなってきております。

運営に関しても、働き方改革・運営における自由度の制約・諸規則の明文化など、ご苦労が多いと思います。

これらの問題は、スタッフの皆様、利用者、利用者のご家族、運営委員会の協力で必ずベストな選択ができることと信じております。

何より抱え込まずにオープンマインドを行動指針とすれば、自ずと解決できることと思っております。

地域と協働して、共に歩む市民の会を運営する皆様、通所する皆様が新しくなった施設で未来に向けてさらに輝く違う景色がみられることをお祈りして就任のあいさつとさせていただきます。



【共に歩む市民の会20周年をむかえるにあたって】

2004年9月それまで任意団体として活動していた「共に歩む市民の会」が法人格を取得し、拠点型生活支援センターの運営主体に決定されました。そして2005年2月に「旭区生活支援拠点ほっとぽっと」（現・生活支援センターほっとぽっと）が開所しました。

実に今年で丸20年の歳月が流れようとしています。この20年間、私たちはささやかながらも歩みを重ねることができました。

そこでこれまでの20年を振り返り、これからの20年間に思いを馳せたいと思っております。



2月には区役所情報発信コーナーでのパネル展を、また9月には記念イベントを検討しております。パネル展は2月10日～14日。最終日は旭区精神保健福祉セミナー開催の日です。また、ほっとぽっとの開所日でもあります。

この一年間を20周年記念年と位置付けて色々活動していきたいと思っております。この会報につきましても、今までの思い出、これからのあり方の提言等をいただけたら幸いです。

どうぞよろしくご協力をお願いいたします。

【最近目にしたドラマ2選】

このところ精神科病院や精神科に働く人たちを題材にしたドラマを見かけるようになりました。NHKの土曜ドラマでは「Shrink（シュリンク）」という中村倫也、土屋太鳳出演で最近放送されていました。また、韓国ドラマでも精神科病院のナースが主人公のものがありましたのでご紹介します。

Shrink

心の悩みを解決できないまま苦しい思いをしている人、そしてそういった苦悩に直面する家族や友人を心配している方々の心にまっすぐ届けるヒューマンドラマ、それが『Shrink』です。“全ての人が気軽に精神科にかかる日が来ますように…”のんびり屋だけどもめっちゃくちゃ優秀な精神科医・弱井と、一言多いけど思いやりに溢れた看護師・雨宮が、ひだまりのような笑顔であなたの来院をお待ちしています。（NHK ホームページより）

このドラマはすでに最終回を迎えていますが、ホームページには最終回をご覧になった方へ、とのお知らせがあり、心の相談窓口等の社会資源の紹介のリンクがはってありました。

今日もあなたに太陽を～精神科ナースのダイアリー

看護師出身である作家の同名ウェブ漫画が原作で、精神科に初めて来た看護師の視線で見つめる精神科病棟内外の多様な話を胸温かく描いたドラマです。内科からいきなり精神科病棟への配置替えとなった主人公が、あまりに違う医療現場に最初は戸惑いながらも、徐々にたくましく成長していく姿を描いています。全12話のドラマです。ただ単に精神科病棟を紹介するドラマとは違い様々な患者さんがそれぞれに問題を抱えていたり、ナース自身も精神を病んでしまったりと、見ごたえのあるドラマでした。

精神疾患は決して特別な病気ではない、だれがなってもおかしくないという事を再認識させられました。動画配信サイト、Netflixで見ることができます。

ほっとぽっと通信

ほっとぽっとの近況をお伝えします。相談支援のほかにも楽しい企画や地域交流などを行っています。

令和6年度運営連絡会を7/29に開催、24名の出席でした。新会長佐藤進氏を選出しご挨拶を頂き、運営報告後、委員の皆様から要望や地域との連携などについて、沢山のご意見を頂きました。

イベントとしては8/21スイカ割大会 ピーチボール叩きの後、冷たいスイカを食べました。9/17（ピア主催）ズーラシア散策をしました。ズーラシアでは オカピの赤ちゃんのお披露目を見ました。そして10/31 焼きも大会を行いました。炭火でさつまいも、つくね、マッシュマロを焼いて食べました。

ほっとぽっとと地域との交流ですが、8/24 鶴ヶ峰地区夏祭りに参加し、ほっとぽっとの前の敷地も神輿の休憩立寄り所になりました。今までなかったところに立ち寄り所を新たに設置できたことで大変に喜ばれました。

9/29 鶴ヶ峰地域防災訓練（鶴ヶ峰小学校）に参加しました。これは鶴ヶ峰町内会連合と防災拠点の合同開催だったため、今まで以上に活気のある訓練となりました。終了後、防災の非常食、水の配布があり皆が持ち帰りました。これは期限切れになる食品の入れ替えのためですが、地域でどのような非常食を常備しているかもわかり、いい試みだと思いました。訓練の終了間際に地域の方よりほっとぽっとに設置しているAEDの見学の希望があり、帰りに寄っていただきました。

10/6 鶴ヶ峰地域ケアプラザのふれあいまつりに出店しました。新鮮な有機野菜を販売し、ほっとぽっとのパンフレットを100枚配布しました。

ヴィラあさひの丘職員、横浜市病院協会看護専門学校等の研修、実習受け入れもしています。

その他事項としては9月に横浜市健康福祉局の施設運営指導が無事終了しました。また、7月にリース車両アルトが納車されました。

【メゾンほっと通信】

長い夏が終わり少しずつ季節の移り変わりを感じ始めた頃ですが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

お陰様でメゾンほっとは7月で満室となりました。

地域イベントの参加、運営委員会での地域課題を共有など、地域とのつながりを持つことができました。夏祭りに向けて神社の草刈りボランティアを利用者さんと共に行いました。地域に積極的にボランティア活動で参加することにより、地域の皆さんからメゾンほっとや利用者さんを認識してもらえたように思います。運営委員会でも半年以上前の雪かきの話などが出てきたぐらいです。こうやって地道に地域に根付いていくことができたらと思います。

また、地域の防災フェスタにも参加し、地震体験、消火器訓練、非常食の試食などを体験しました。早いもので能登の震災からまもなく一年というところで防災への意識を強く認識したところです。

今年も残り僅かとなって参りましたが、今後も地域との交流を深めていければと思いますのでよろしくお願いいたします。



【第98回理事会報告】

◇日時 2024（令和6）年7月25日（木） 17時30分～

◇場所 旭区生活支援センターほっとぽっと 多目的室

審議事項：

- ・令和7年度旭区生活支援センターほっとぽっと事業計画（案）及び収支予算（案）について
- ・担当理事の業務分担について
- ・地域生活支援拠点運営管理規定の改訂について

第26回旭区精神保健福祉セミナーのお知らせ

日時：2025（令和7）年 2月14日（金）13時～

場所：旭公会堂

タイトル：「私のスマホの使い方って依存症ですか？」 ～七色の明日～

- 内容
1. 当事者体験発表
 2. 講演：講師 松崎 尊信先生（国立病院機構久里浜医療センター）
 3. 座談会

※ 当日はロビーでの販売があります

※ オンライン配信はありません

市民の会・ほっとぽっと・メゾンほっと

ほっとぽっと

11月28日 ハンドメイド・クリスマス オリジナルなクリスマス飾りを作ります。

12月29日～1月3日 年末年始のため休館

ぴあくらぶ

11月16日 川崎市ピアサポーター講座 講師2名派遣

12月17日 クリスマス会

メゾンほっと

11月12日 お楽しみ昼食会（安楽亭）

12月（日付未定）大掃除

※常日頃からの法人へのご協力を感謝いたします。

7月～10月までに寄付をいただいた方（敬称略）

前野幸子 田中梨奈



編集後記：いつまでも暑い日が続いた9月10月でしたが、今年は秋を感じることなくいきなり冬将軍がやってくるのでしょうか。寒暖差アレルギーにも御注意を（國井）