

～ 倶知安 ～



羊蹄山ろく相談支援センター

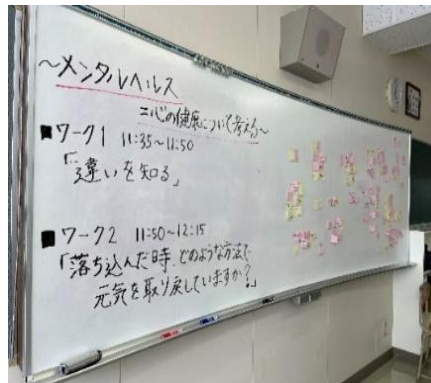
メンタルヘルス=こころの健康について考える授業

羊蹄山ろく地域自立支援協議会の部会の1つである『知ってる会』。平成 27 年から地域の皆さまに障害福祉を知ってもらうための広報活動にいくことになりました。

そこで『学校プロジェクト』を立ち上げ、今回はご縁がありましたニセコ高校の 1, 2 年生を対象に、令和 7 年 3 月 19 日4校時をお借りして『メンタルヘルス=心の健康を考える授業』を行いました。50 分の授業の中で1つ目は、『互いの違いを知る』ワークを実施。「SNS のリアクションがすぐにはないことをずっと気にしたことがある?」「親は“うざい”と思う?」「友だちは広く浅く?狭く深く?」等のお題に対して、自分が当てはまる方へ移動してもらい、意見交換をしました。2 つ目は『落ち込んだ時、どのような方法で元気を取り戻していますか?』というテーマで、ストレスへの対処方法をグループ or ペアで出して共有するワークを実施しました。ホワイトボードが付箋だらけになるほど、たくさんのアイデアが出ました。

参加した生徒へのアンケートでは、「ためになった」「知れてよかった」という意見が多数。知ってる会メンバーが今回の授業の目的としていた『まずはメンタルヘルス(心の健康)について、少しでも知る・考えるきっかけになったらいい』『色々な考えがあることを知れたらいい』『互いを認め合うことの大切さを伝えたい』『否定せず、ポジティブに伝え合えたらいい』『ストレスは誰にでもある、そのケアの大切さを知るきっかけをつくりたい』等の思いは、終了後の様子やアンケートの感想からもじんわり伝わった印象を受けました。生徒会のみなさまにもご協力いただき、知ってる会メンバーも様々な気付きがあった今回の授業。ニセコ高校のみなさま、今回は機会をつくっていただき本当にありがとうございました。

今後もこの羊蹄山ろく地域で学生時代を送った子どもたちが、自分自身を形成していく大切な時期に、自分や周囲の人たちを改めて見つめ直したり、心の健康や病気について知る・考える、多様性を認め合う機会があることが、その先の自分自身の役に立ったり、障害や疾病の理解(地域の支え合いの一員)につながると信じ、種をまいていきたいと思っています。(つりべ)



～ 余市 ～

サポートセンターたね

令和7年4月に2名のスタッフが仲間入りしましたので、ご紹介します！

【高田 航大】

*休日の過ごし方

家で動画視聴やゲームをしています。

*お気に入り

Ado！（LIVEに何度か行っています）

*一言

周りのスタッフに支えていただきながら、日々業務を行っています。少しずつ成長していけるように頑張ります。よろしくお願いします。



【鈴木 昌弘】

*休日の過ごし方

・家族と出かける

・野球の審判

*お気に入り

合唱練習(合唱団に所属しています)

*一言

笑顔と挨拶を忘れずに声かけさせていただきます！

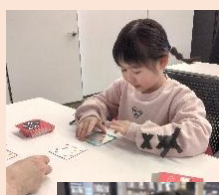


ぶかぶかひろば

春休みに古平町の図書館でボードゲームをしました！この図書館には防音ガラス張りの部屋があり、図書館なのに楽しく盛り上げられます😊

今後も、様々な資源を利用し、子どもたちの活動の幅を広げていきたいと思います。

(こんどう)



グループホーム

グループホームでは、個々の希望に合わせて、できないことができるようになるお手伝いをしています。今回は、「お仕事を頑張ったお金でイチゴを買いたい！」という希望があるAさんのお買い物に密着！グループホームのスタッフと一緒にお買い物に行った様子をご紹介します。

Aさんは、

①グループホームからお店まで行く	○
②欲しいものの売り場まで行く	△
③レジでお店の人と話せる	×
④レジでお金を出せる	△
⑤エコバックに商品を入れる	○

というような状況のため、△と×のところをお手伝いしています。

②④は事前に売り場に行き商品と値段をチェックすることで、当日は自分で迷いなく商品を手にとることができました。また、“400円出せば大丈夫”ということも事前に確認したので、緊張はしていましたが支払いを行うこともできました。③は、お店によってカードや袋の確認を求められますが、まだ緊張して固まってしまうため、今回はスタッフが代わりに行いました。今後も、経験を増やして自信につなげる支援を行っていききたいと思います。(さかもと)



☆ しりサポ会員募集 ☆

しりべし地域サポートセンターでは、誰もがぐらしやすい地域づくりを目指して、皆さまの想いをかたちにしていく活動を1歩ずつ展開しています。また、特定非営利活動法人の活動は、その主旨に理解・賛同してくださる地域の方々によって支えられています。多くのみなさまに会員になっていただくことでいろいろな事業を展開していくことができます。ぜひ、会員として参画をよろしくお願いいたします！

なお会員となられた方は、広報誌にてお名前を掲載させていただきます。

正会員 年会費一口 3,000円

賛助会員 年会費一口 1,000円

※会費は年度単位となります。

～お振込み先～

北海道信用金庫 京極支店 普 0549198

特定非営利活動法人しりべし地域サポートセンター会費

代表 安藤敏浩

ご賛同ありがとうございます

瀬川さん、大野さん、

行天さん、高橋さん