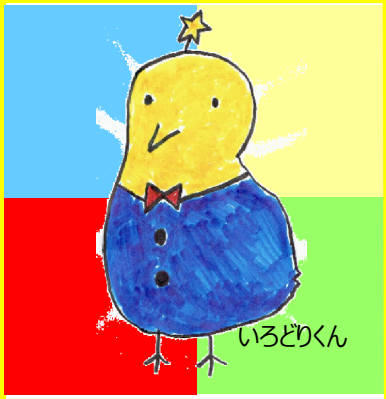


いろどり

リカバリーカレッジたちかわ機関紙　すぺぃろ（専門課程）

第18号

発行日
平成29年12月28日

12月のカレッジ

〇冬期講座について
12月11日より、リカバリーカレッジたちかわの冬期講座の受付が開始されました。
みなさまお待ちしております。

【新職員紹介と心理教育】

みなさま初めまして。
11月よりすぺぃろのスタッフとなりました、「天田（あまだ）」と申します。
パルケグループ内の地域活動支援センターマーキーより異動して参りました。
前職では精神科診療所にてケースワーカーとして勤務しておりましたが、このような事業所でのお仕事は初めてなので、わからないことだらけで一人でわたわたとしております。早くも、メンバーさんやスタッフにはいろいろと助けていただいていて、感謝の気持ちでいっぱいです。みなさま、今後ともどうぞよろしくお願い致します。
さて、話は変わりまして、昨日は「心理教育」の講座でした。これまでうつ病や統合失調症など、様々な疾患についてのお話をしてきましたが、こちらの講座は11月で一旦終了。
昨日は総集編ということで、私が担当させていただきました。みなさんの前でお話するのはなかなか緊張するものですね。
ご参加いただいた方からは、ご自身の体験談や、「あるある～」といったご感想をいただきました。
すぺぃろスタッフによる心理教育の講座は終了となりましたが、来年1月からは外部講師の方をお招きして再開する予定です。

【ピアスタッフの集い】

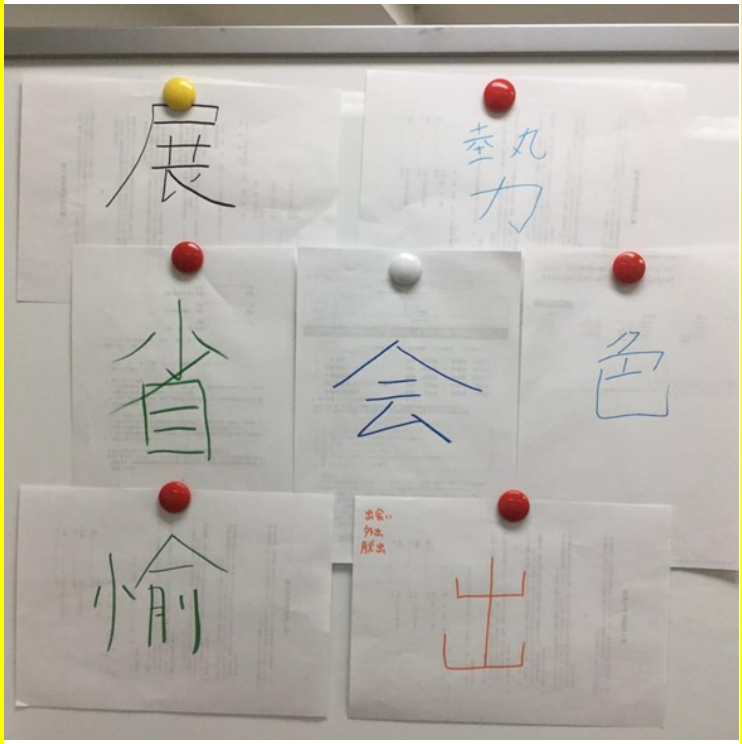
本日は聖学院大学(埼玉県上尾市)で開かれましたピアスタッフの集いにすぺぃろメンバーさんと一緒に参加してきました。
スタッフからは私、修行が参加しました。
聖学院大学につくと、まず初めにあゆみちゃんがお出迎えしてくれました。
最高に可愛いですね！(上尾市のゆるキャラ「アッピー」と、福島県本宮市のゆるキャラ「まゆみちゃん」の子どもが「あゆみちゃん」です！)
本日は1日目ということで開会式やシンポジウム等があり、実際に「ピアスタッフとして働いてる方」、「ピアスタッフではないけれどもピアの活動に参加している方」や「ピアスタッフと一緒に働いてる方」などの様々な観点からの話を聞けました。参加してみて、私もすぺぃろでピアスタッフの方と一緒に働いてますが、それ以前に職場の先輩として捉えてる部分が強いので、そこまでピアスタッフだからどうとかいうことを考えていなかったと思いました。ピアスタッフとしての役割もきっとあるだろうし、ピアであろうがなかろうが共通に大切にすべきこともあるだろうし、色々考えさせられ、まとまりきらない感じです。
ということで、沢山の学びとあゆみちゃんからの癒しを得られた1日でした。

１２月のすぺぃろ

□ 12月9日/12月10日
【全国ピアスタッフの集い】
（詳細は表面を参照）
□ 12月28日
【すぺぃろパーティー】
□ 12月29日
【年末大掃除＆すぺぃろランチ】

【今年を漢字一文字で】

本日の午後は佐々木が担当するプログラムでした。導入として、参加したみんなでそれぞれの今年一年を漢字1文字で表してみました。
みなさんかぶる事も無く、それぞれの考え方や物事の捉え方、個性の形が見えた気がします。
12月ということで、すぺぃろでも年末に向かっての作業が行われ始めました。年賀状作成や大掃除に一年の振り返りなどと、少しづつ今年の締めくくりに向かい始めています。今年も一年ありがとうございました。2018年もどうぞよろしくお願い致します。

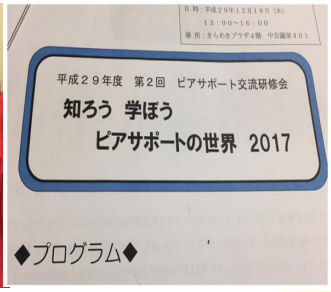


【ピアスタッフ　悶絶タイム】

12月に「ピアスタッフとして働くこと」的な形で外部でお話しをさせて頂く予定で、スタッフ川田＆佐々木で打合せ。川田も佐々木もピアスタッフとしてすぺぃろに勤務をしていますがそれぞれ勤務日も金曜日しか合わないのと、業務の関係で重なる時間がとても少なかったりします。そんな二人ですが、お互いに働く中で「こういう時はどう感じる？」「こっちの方向性の話はどうかな？」なんていう話をしたのですが、今日拡散したテーマをご発表のスライド作りに盛り込みたいと思っています。川田と佐々木がセットでスピーカーをさせて頂く事は今回初めてなので、私たちもドキドキ。でも来て下さる方になにかお土産となるような話題提供ができたらと思っています。

【本日は岡山で講演会でした】

いよいよ本番。岡山駅は桃太郎像に桃のイルミネーションがなされていました。さて本日月曜は岡山のNPO法人 ピアサポートセンターひといろの実さんにお呼び頂きピアスタッフとしての体験発表とリカバリーカレッジのご紹介をさせて頂きました。すぺぃろからは佐々木と川田がそれぞれピアスタッフとしての働きから感じる、やりがいや葛藤。働く中での体調管理についてや、ピアスタッフが活きる場面などを私たちの経験からご紹介。フロアからも沢山のご質問やご意見などを頂き意見交換できて嬉しかったです。今回、日頃の業務を通じての体験をお話しする機会を頂き、私達にとっても学び深い時間となりました。今日の体験発表を経て、また日々の業務に活かしていきたいと思っています。お呼び下さった、ひといろの実さん、岡山の皆様ありがとうございました。



すぺでみぃろ（すぺぃろは国分寺のカフェ<でみcafe>さんとコラボしています）

皆様、今年も大変お世話になりました。ありがとうございました。
さて、今回はでみCafeで毎月定期的に開催されているイベントの一つ、「ACCOさんのOneday整体」のご紹介です。ACCOさんによる整体は、リピーターが増え続けている人気のイベントです。参加者には施術後、特典としてでみCafe特別メニューを楽しんでいただいているのですが、今年はその季節の旬な果物をつかい、「薬膳」を意識したスイーツをつくっています（右図）。よかったらご参加してみてくださいね。
それでは新しい年もどうぞよろしくお願いいたします。

でみcafeのご案内
住所：〒185-0012 東京都国分寺市本町３－１４－１
営業時間：11～18時（月・火曜日定休）
連絡先：080(5403)4106