

NEWSLETTER Tomoni

2026
9
VOL.13

発行元: 太宰府市ひきこもりサポート事業
(相談窓口: 090-4061-9081 ☒tomoni@docomo.ne.jp)

朝夕には少しづつ涼しい風がふき、秋の訪れを感じる季節となりました。
夏の疲れが出やすい時期でもあります。頑張りすぎず、心と体をいたわりながら、自分のペースで過ごしていきたいですね。

一人ひとりの「今」を大切にしながら、安心して過ごせる居場所づくりに取り組んでいます。この通信を通して様子をお届けできつつなかりを感じていただけたら嬉しいです。

家族のつどい



8/27に家族のつどいを開催しました。テーマは「こころの話」

参加者は5名おり相談員2人で日常の中でよくある会話のやりとりについて2つのパターン(すれ違う会話/聴く会話)を見ていただきました。

それぞれにある正義をどのように相手に伝えると気持ちを上手に伝えることができるか? など話をしながら気づくことが多い会になりました。

フリースペース

8月は、「ちくちくTime」で刺繍を楽しみながらお話をしました。

前回参加の方もまた新しいイラストで始めたいと希望され、新たな構図を考えてちくちく…

初めて参加された方も刺繍を楽しむことができました。

手を動かしながらだと話しやすい雰囲気になります。ちくちくしにしてみませんか?



<Aさんとの出会い>

<Aさんとの出会い>介護の相談員さんから母とふたり暮らしのご家庭にずっと家にいるお子さんがいる。自宅でご本人とお話をしてもらえないか? と相談がありました。ご本人にお話いただき「来訪してもよい」と言っていたのであれば伺えますと返事をしていたところ、数か月後にご本人が「2人までなら自宅に来ててもよい」と返事をいただき、介護の相談員さんとふたりでご自宅に訪問をさせていただきました。

<Aさんが当時困っていたこと>Aさんは、ふたつの悩みや不安を抱えていらっしゃいました。ひとつは、認知症の母の介護がいつまでできるか? 二つ目は、今のご自宅から転居したいと希望していました。

<初回の面談の様子>不安についてお話をお聞きして一緒に考えました。病院や介護の相談員さんとの面談にも立ち合うことで「相談する人がいることを知ることができた」と安心した様子がありました。

今後のご案内

・フリースペース【セルフケア】

⇒9/29(火)14:00~16:00 いきいき情報センター210号

・家族のつどい【セルフケア】

⇒9/24(木)14:00~16:00 いきいき情報センター210号

筑紫保健環境事務所の保健師の方が講師でセルフケアの方法や考え方などお話しします。ころについてお聞きしたいと思います。

誰もが自分らしく過ごせる居場所であり、話ができる人でありたいと願っています。毎日を過ごす中で、少しでも自分の「ころ」の動きに少しでも目をむける時間をつくりませんか?

携帯電話: 090-4061-9081(SM可)
メール: tomoni@docomo.ne.jp

