

OSK

こころの里だより

NO. 280 ~2月号~



編集人；地域活動支援センター
こころの里

〒706-0011 玉野市宇野1-8-8

TEL：(0863) 33-5151

FAX：(0863) 33-5252

E-mail:maruisora.5151@tulip.ocn.ne.jp

第23回

玉野こころの講演会

『依存症を語る』

～リカバリーへの道～

2025

2.15 土

13:00～14:45
(開場 12:30) (予定)

【会場】

玉野市立中央公民館
多目的室（大）

玉野市宇野1-38-1

天満屋ハピータウン・メルカ2階



えむら なおき

【講師】江村直樹氏

岡山県精神科医療センターの依存症治療研究チーム担当精神保健福祉士。

福岡県北九州市出身。2008年福岡県立大学社会福祉学科卒業。社会福祉士、精神保健福祉士として広島県三原市の精神科病院での勤務時に依存症医療に出会う。

回復当事者ならびに支援者仲間にも恵まれて、アルコール関連問題に対する早期介入や予防的なアプローチなどへの興味関心から依存症支援の魅力に取り憑かれたひとり。

2015年4月から現職。趣味は漬物、干し物。妻、2児と1猫あり。

体験発表と対談 回復当事者の方3名

アルコールや薬物、ギャンブル等の「依存症」について、耳にする機会も多いかと思います。今や、スマートフォンやインターネット環境を通して、簡単にそれらの情報を手に入れることができる時代になっています。また、スマートフォンやゲームが依存の対象となる現象もみられています。依存症の正しい知識に触れ、体験談から理解を深め、身近な問題として、ともに学び、考える時間をわかち合いたいと考えています。皆様のご参加をお待ちしております。

《お問合せ》

玉野こころの講演会 実行委員会 事務局

(地域活動支援センター こころの里内：玉野市宇野1-8-8)

TEL:0863-33-5151 (水・日・祝休み)

先着80名

入場無料

動画配信（無料）

3月8日(土)13:00より配信開始予定

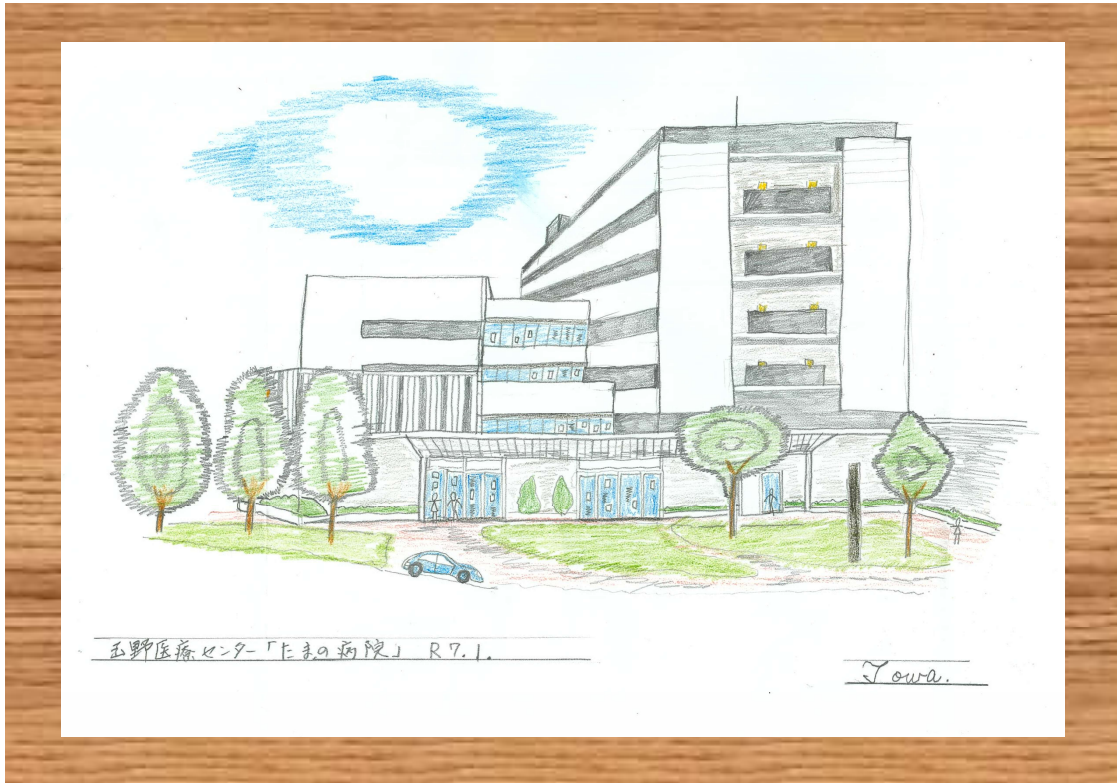


【同時開催】

こころの健康展（11:30～15:30）

◆こころの健康づくり・作品展示コーナー

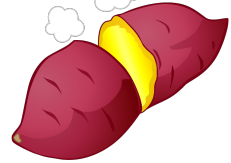
投稿コーナー



失った物何ひとつなくて

悲しみも半分こ

喜びも半分こ



豆撒きや

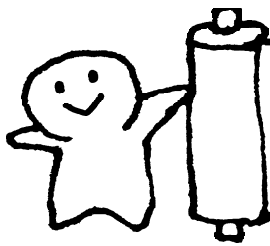


子らが騒ぎで

笑い転げる



鬼灯



第23回玉野こころの講演会

『依存症を語る ～リカバリーへの道～』



今年の「玉野こころの講演会」のテーマは、**依存症**。言葉は聞くけど…

依存症って何が問題なの？

どうしてやめられないの？

依存症は治るの？

依存症の人にどう対処したらいいの？

などなど、いろいろわからない事があります。

そこで岡山県精神科医療センターで依存症治療研究チームを担当する精神保健福祉士 江村直樹氏のお話や、ギャンブル依存や断酒新生会、岡山ダルクの当事者の方の体験談をお聴きすることで、依存症への理解を深めたいと思います。

依存症は、条件が重なってしまうと、誰でもなる可能性があり、特別な人だけになるわけではないのだそうです。

進行すると大切な人を巻き込んでしまう依存症。

きちんとした知識を得ることはとても大切なのです。

多くの方のご来場をお待ちしています！



「ゆったりサロン(仮)」はじめました。



次は2月8日(土)
12時半～開催します
カレーの後でもゆるゆる
とお集まり下さいね

職員も交えて、出入り自由の茶話会を行いました。計8名の方に参加いただき、前半はフリートーク、後半は「こころの里の“あったらいいな”」についてお伺いしました。

当面は月1回程度にはなりますが、今後も、食後の時間をゆったりと、お茶とお茶菓子を囲んで過ごせたらと思っています。何でもない日常のことや、こころの里での過ごし方のことなど、また色々とお聴かせください！



— サロンにて —

<1月11日(土)>



ぜんざいの日

<2025.1.23.Thu>

昨年12月に利用者さんと一緒についたお餅を、ほかほかのぜんざいにして皆さんに召し上がっていただきました。

2月20日(木)は「きなこもちの日」です。
おもちLOVERの皆様、こちらも是非ご参加くださいね！



員
朝から職人が
コトコト煮込んだあずき
でつくりました。



めばるの会（当事者会）より お知らせ



1月9日(木)の話し合いでは、出席者3名で以下の内容について話し合いました。

話し合いの内容

次回話し合い 2月6日(木) 15:10~

- ◎テーマ
- ・総会について (3/6)
 - ・お花見について (3~4月)
 - ・講演会の展示用ポスター作り

1



- ・クリスマス会振り返り
- ・ジュースを買いたいので参加費を値上げしたい
- ・ババ抜きが盛りあがった
- ・来年はポーカーをやりたい
- ・なかやのケーキがおいしかった
- ・BGMがよかった

2



- ・冊子校正 ※昨年度の冊子を参照し修正
- ・季節の行事の「新年会」は何年も開催していないかどうするか→削除
- ・“今年度も新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、休止した活動もありました。(休止…新年会)”の部分も削除

3



- ・講演会用展示ポスター作成
- ・写真の選定
- ・他のめばるの会のメンバーにも来所時に随時写真を選んでもらう
- ・来月の話し合いの時に最終決定
- ・ “ ” の後でポスター作成

4



- ・総会について
 - ・3/6(木) 15:10~
 - ・案内状の送付(なるべく来所時に手渡し)
- ※来所された会員の方には、総会に参加できない場合を想定して念のため委任状を書いていただきます。
職員からお声掛けしますのでご協力お願いします。

次回2月6日(木)めばるの会<話し合い>の終了後に、『玉野こころの講演会』の【こころの健康展】で展示する、めばるの会2024年の活動記録ポスターを作成します。写真の候補は選定していますので、画用紙に写真を貼ったり、説明文を入れて大きなポスターに仕上げます。

めばるの会会員の皆様、できるだけ参加してください!

完成しなかった場合は、別の日を設定して2月14日までに仕上げます。

こころの里よりお知らせ



「第23回 玉野こころの講演会」の日について

2月15日(土)は中央公民館・多目的室で「こころの講演会」を開催します。こころの里は休業日になりますので、お間違いのないようお願いいたします。この日はぜひ講演会を聴きに来てくださいね!



「きなこもちの日」について

12月に皆さんでついたお餅を“きなこもち”にして食べましょう!
2月20日(木)の3時からご用意します。皆さんぜひ食べに来てくださいね。

リサイクルコーナー

【 ゆずります 】 ~ **2月21日(金)**まで展示
(多数の場合は抽選)

『祝 ファジアーノ岡山 J1 昇格』
いよいよ J1 開幕。みんなでファジアーノ岡山を応援しよう!



今月のリサイクルコーナーは
ファジまつり!!

①



裏はこんな感じ

① ユニフォームデザインの手提げバッグ 1名

立体のサイズは横 20cm 縦 35cm で
マチが 10cm あります。
色はエンジのファジカラー

②



ファジのロゴ入りのおしゃれな箸置き付き
透明だから見えないか?

② 箸セット 1名

天然木使用の渋いお箸にしっかりと
ファジのエンブレムが刻まれています
食事中もファジ愛がとまらない!

③



エンジ、ネイビー、ホワイトの3色です。
色は当選順に選んでもらいますのでご了承ください

③ ファジ丸ハンカチ 3名

今治ブランドのハンカチタオルです
もちろんコットン 100%のメイド
インジャパン
ファジ丸のワンポイントが可愛い♡

※申し込みは、いずれかのうちから、1点でお願いします。

このコーナーでは、利用者の皆さんの相互の不用品再活用を目的として、リサイクル品を募集しておりますので、譲りたい物・譲り受けたい物がある方は、スタッフまでご相談ください。

※※ リサイクルコーナーのご利用につきましては、お気軽にお問い合わせください ※※


(リサイクル担当 ; 津村)

2月の行事予定



日	月	火	水	木	金	土
						1 手芸教室
2 休業日	3	4	5 休業日	6 めばるの会	7	8 カレーの日 ゆったりサロン(仮)
9 休業日	10	11 休業日 (建国記念の日)	12 休業日	13(会議)	14	15 玉野こころの 講演会
16 休業日	17 シフォンケーキ づくり	18 ソフトバレー の練習	19 休業日	20 きなこ餅の日	21	22 のど自慢会
23 休業日	24 休業日 (天皇誕生日)	25	26 休業日	27	28 パソコン教室	

☆ 休館日・・・日曜日・水曜日・祝日・年末年始 ☆

日にち	時間	内容	備考
1日(土)	13:00~	手芸教室(★予約締切1/30(木)14時)	予約 参加費 100円
6日(木)	15:10~	めばるの会<話し合い> ※入会時に年会費が必要です	年会費 100円
8日(土)	12:00~	カレーの日(★予約締切2/6(木)14時)	予約 参加費 200円
	12:30~	ゆったりサロン(仮)  2月もやりまーす!	参加費 無料
15日(土)	13:00~	玉野こころの講演会 (11:30~こころの健康展) ※こころの里は、休業日となります	中央公民館 多目的室(大)
17日(月)	10:00~	シフォンケーキづくり	持ち物 I7°㊦
18日(火)	14:00~	ソフトバレー練習 ※すこやかセンター 交通手段がある方は送迎をご遠慮下さい	13:45 出発
20日(木)	15:00~	きなこもちの日	参加費 無料
22日(土)	13:30~	のど自慢会	参加費 100円
28日(金)	13:30~	パソコン教室 (15:30までの参加を受け付けます)	参加費 無料

予約…予約が必要です。各行事ポスターへの記名又はお電話でもお受けします。
 キャンセルは早めにご連絡ください。

☆☆☆ **行事に参加される方は、なるべく時間どおりにお集まりください** ☆☆☆

平成12年9月20日第三種郵便物認可(毎月25日発行)
 令和7年2月16日発行 OSK増刊通巻1331号
 発行人; 岡山障害者団体定期刊行物協会
 〒700-0973 岡山市北区下中野246-4
 NPO 岡山けんかれん内 大森 文太郎
 (頒価 100円は会費に含まれます)



編集人; 地域活動支援センター こころの里
 〒706-0011 玉野市宇野1-8-8
 TEL: (0863) 33-5151
 FAX: (0863) 33-5252
 E-mail: maruisora.5151@tulip.ocn.ne.jp
 編集責任者; 坂屋 豊 編集者; 岡崎 千代