

令和4年度
さんだ❤️
ささえあいぬつと



「これって私だけ…?」

「同じだよ」



SELF HELP GROUP

心よせあい
心のよりどころへ



社会福祉法人 三田市社会福祉協議会



セルフヘルプグループについて……………P. 2
三田市社協も応援しています……………P. 3

【身体に障害のある人たち(家族含む)のグループ・会】

□三田市身体障害者福祉協議会……………P. 4-5
□視覚障害者グループ「あいあいサロン」…………… P. 6-7
□マウスの会……………P. 8-9
□パソコンクラブ……………P. 10-11
□視覚的不利克服のためのパソコン操作支援グループ 三田Wing…P. 12
□三田市肢体不自由児者父母の会……………P. 14-15
□NPO法人 言語障害者の社会参加を支援する会しゃべろーよ……P. 16-17

【知的障害のある人たち(家族含む)のグループ・会】

□NPO法人 三田市手をつなぐ育成会……………P. 18-19

【精神障害のある人たち(家族含む)のグループ・会】

□精神障害者家族会 にじの会……………P. 20

【障害のある人たち(種別を問わない)のグループ・会】

□障害者 よさこいチーム輝笑～きらら～……………P. 22-23
□ほほえみ会……………P. 24-25

【病気を抱えている人たち(家族含む)のグループ・会】

□つわぶき会……………P. 26-27
□にんじんの会……………P. 28-29
□P.I.E.GROUP.SANDA(新規)……………P. 30-31

【介護をしている人たちのグループ・会】

□三田市在宅高齢者介護者の会「つくしの会」…………… P. 32-33
□男性介護者の会 ほちぼち野郎……………P. 34-35

【その他、同じような境遇を抱えている人たちのグループ・会】

□トッモロウ 不登校の子を持つ親の会……………P. 36-37
□カウンセリンググループ いまじん……………P. 38-39
□NPO法人兵庫県断酒会 三田市断酒友の会……………P. 40
□AA関西セントラルオフィス 三田ミーティング……………P. 42-43
□「虹玉の会」……………P. 44
□プラチナポーズ ……P. 45
□杉の子 不登校の子をもつ親と支援者の集まり……………P. 46-47
□ミニクローバーの会(新規)……………P. 48



●セルフヘルプグループって？

同じような「生きづらさ」を感じている人たちが出会い、
「わかってもらいたい」思いから、「ひとりじゃない」を実感できる場です。

「生きづらさ」はふだんの生活の中にあり、心の中にあるモヤモヤや、苦しみ・不安・悲しみなど様々な気持ちを「仕方ない」とあきらめて毎日を送っている人が多いのではないのでしょうか。

そのような気持ちを「分かってくれる人」や「仲間」の存在が、大きな勇気となり、また日々の暮らしを支える力になります。それが「セルフヘルプグループ」です。

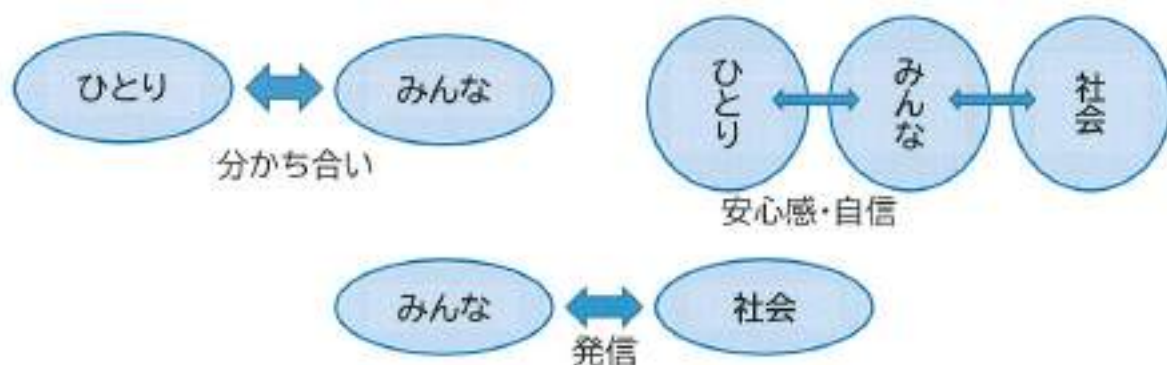
“生きづらさ”とは

- ・病気になってこれからどうなるのか・・・
- ・障害があるが、理解されないで苦しい・・・
- ・手術や事故の後遺症があり前のように暮らせない・・・
- ・アルコール、薬物、摂食障害、ギャンブルなどの依存や嗜癖のあり・・・
- ・大切な人(子ども、伴侶など)を亡くした悲しみ・・・
- ・離婚後の喪失感・・・
- ・不登校や学校中退、入社拒否などの状況にあるが・・・
- ・虐待を受けている(過去に受けていた)、虐待をしてしまう・・・
- ・介護に追われて自分の時間がない・・・

など

●セルフヘルプグループで得られるもの

自分の心の内にあるものに共感し、「わたしも」と言ってくれる人がいる「分かち合い」
自分の状況が分かり、自分の存在を確かめられる「安心感」や「自信」
「見えにくいもの」を共有し、「発信」



同じような境遇の仲間に出会うことで、「悩んでいるのは自分だけじゃなかった！」と気づくことができます。仲間がいることは、安心感や自信につながり、ひとりで抱えていたものを、他の仲間話すことは大きな力になります。

グループに参加している一人ひとりが力を取り戻すうちに、「何かできることはないか」「今の状況を変えるには、社会に働きかけなくちゃ」などの思いから、知恵を集めて活動をはじめるグループもあります。

●三田市社協も応援しています！

「誰もが住み慣れた地域で安心して、生きがいを持って暮らせる地域づくり」を目指している「三田市社会福祉協議会」にとって「セルフヘルプグループ」は、市民社会にとって大切な「居場所」であり「交流活動」と考えています。



活動者の方へ

- ◎こんな人・資源を探しているんだけど…
- ◎他のグループとつながりたい
- ◎運営にストレスを感じている

- ・関連情報の提供
- ・イベントなど広報のサポート、人材の紹介

地域住民の方へ

- ◎活動のことを知りたい
- ◎当事者ではないけれど、セルフヘルプ活動を応援したい

- ・啓発パンフレットの作成(本冊子)
- ・ボランティア活動者へ活動機会として紹介

団体を作りたい方へ

- ◎自分と同じように困っている人を支えたい
- ◎現状のセルフヘルプグループではどれもあてはまらない

- ・セルフヘルプグループの立ち上げ支援



連絡先が未掲載のグループにつきましては
障害者生活支援センターまでご連絡ください。

079-559-5205

団体名	三田市身体障害者福祉協議会			
代表者名	八十川 一三			
連絡先	TEL	079-559-6366	FAX	079-559-6366
	E-mail	yasokawa@zeus.eonet.ne.jp		
活動内容	<p>三田市における身体障害者の人権と健康、福祉の向上と福利厚生の実現を図ることを目的として設立された。近年、高齢障害者の社会参加、交流、親睦に力を入れ、介護予防、認知症予防、うつ予防、引きこもり解消等を目指しています。</p> <ul style="list-style-type: none"> ●月1回「心のリハビリ塾」を、どなたでも参加できる公開型で開催。 ●年1回「きこえの懇談会」「目の日のつどい」「障害者フェスティバル」「耳の日のつどい」を全市民公開型で開催。 ●「新年会」「日帰り研修」「グラウンドゴルフ」「忘年会」等も随時開催 			
主な活動日・例会等	「理事会」 毎月第1土曜日 「心のリハビリ塾」 毎月第3土曜日			
活動場所	三田市総合福祉保健センター			
会員数	90名	会員の年代	50～90歳代	
団体PR	「障害者と言えども、社会を構成する一員として、残された機能を生かし社会に貢献しよう」「自助あるところに、共助が生まれ、最後に公助が付いてくる」。当事者の自助努力の第一歩は、“三田市身体障害者福祉協議会”につながっていただく事だと思います。障害者の当事者団体として、当事者同士の“支え合い！（共助）を合言葉に一部、家族や賛助会員さん、ボランティアさんにも支えられながら、障害者の社会参加、親睦、交流に力を入れています。各種事業に参加することにより、介護予防、認知症予防、うつ防止、引きこもり解消等に成果を上げています。			



「身障協」・・・「三田市身体障害者福祉協議会」の略称です。

障害のある人も障害のない人も、我々と一緒に、各種活動に参加しませんか？

- * 月1回開催の“心のリハビリ塾”で癒しのひと時を！
 - * 年2回開催の日帰り研修で社会見学と親睦を！
 - * 年数回の清掃活動・美化運動で社会奉仕を！
 - * 介護保険制度・介護予防・認知症予防等々の研修会開催又は参加！
 - * 「新年会」「グラウンドゴルフ」「忘年会」もやっています。
- 社会奉仕活動につきましては重度障害の方は、“見学参加(応援団)”だけでも大歓迎です！



定期総会



日帰り研修 神戸農業公園“ワイン城”



一泊研修旅行 芦原温泉 ホテル“芳泉”



グラウンドゴルフ大会

お問合せ・・・お気軽にお電話下さい。

会長	八十川 一三	TEL・FAX 563-4307
副会長(肢体部)	和泉 邦夫	TEL・FAX 563-6264
副会長(視覚部)	西岡 良子	TEL・FAX 563-0057
副会長(聴覚部)	嘉田 眞典	FAX 565-5499
副会長(難聴部)	増田 雅博	FAX 565-1014

三田市身体障害者福祉協議会 事務局 (担当 八十川 一三)

〒669-1514 三田市川除675番地 三田市総合福祉保健センター内
福祉団体事務室

TEL・FAX (079)559-6366(直通)

団体名	視覚障害者グループ 「あいあいサロン」			
代表者名	西岡 良子			
連絡先	TEL	079-563-0057	FAX	079-563-0057
	E-mail	flower.nishioka@amber.plala.or.jp		
活動内容	情報交換、生活の向上、社会見学、クラブ活動(サウンドテーブルテニス・オセロ・カラオケ同好会・ひとみ太鼓・リース作り)			
主な活動日・例会等	原則 第4金曜日 10:00~16:00			
活動場所	三田市総合福祉保健センター			
会員数	20名	会員の年代	60~80歳代	
団体PR	見えにくい人、見えない人 どなたでもお越しください。ご連絡お待ちしております。			

仲間がいますよ！ 連絡お待ちしております！

三田市身体障害者福祉協議会 視覚障害者部会では、いろいろな行事を開催して、同じ障害を持つ者同志が理解し合って、和気あいあいと楽しんでおります。まだ、当会を知らない方に呼びかけて、「引きこもり者」を一人でもなくしたいと願って活動しております。

積極的に社会参加し、生活の質の向上を目指して、下記の行事を開催しております。

* あいあいサロン

日時：毎月第4金曜日 10時～16時

場所：三田市総合福祉保健センター 3階 和室

内容：情報交換・講座・学習会・おしゃべり会・趣味（ゲーム・手芸）

社会見学・ギター鑑賞・詩吟 など

情報交換・講座・学習会以外は、各自で自由に好きな事を、楽しんで
おります。

* オセロゲーム

日時：毎月第2・4土曜日 10時～12時

場所：三田市総合福祉保健センター 3階 ロビー

月1回は指導者に来てもらっています。

* サウンド・テーブルテニス（STT・盲人卓球）

日時：毎月第2・4土曜日 13時～16時

場所：三田市総合福祉保健センター 1階 社会適応訓練室

コーチがボランティアで来て下さっています。

日時・場所は変更する場合がありますのでお問合せ下さい。

なお、時間中の出入りはご自由です。各自の自由に合わせてご参加下さい。

昼食は持参されるか、一日前に注文も出来ます。

皆さん一緒に楽しみませんか？

お気軽に一度遊びに来て下さい。お待ちしております。

お問合せ先・・・TEL/FAX 563-0057

携帯電話 090-5061-5726

西岡 良子 までお願いします。



団体名	マウスの会			
代表者名	今村 義行			
連絡先	TEL	079-562-3824	FAX	079-562-3824
	E-mail			
活動内容	<ul style="list-style-type: none"> ・自治会で配るチラシ作り。インターネットを活用し、楽しみを拡大。 ・パソコンを通じて週1回(火)会員が集い、楽しい時間を共有する。 ・色々個々の悩みを相談し合い自己啓発が出来る。 ・他のグループとの交流でお互いに啓発される。 ・季節の変化に応じた行事を企画し、全員で楽しむ。 ・チラシの作成を学び地域の広報活動に活かす。案内状、家計簿等。 			
主な活動日・例会等	毎週 火曜日 13:00~15:00			
活動場所	三田市総合福祉保健センター			
会員数	10名	会員の年代	50~80歳代	
団体PR	<ul style="list-style-type: none"> ・会員みんなと集い、楽しく語らい、学び合いながらレベルアップし、心身ともにスッキリする。 ・家事から解放されて、地域に貢献していく繋がりのある生活を目指す。 			

皆様と楽しく有意義に身につく嬉しいパソコン教室

マウスの会

有意義な自分の時間、仲間、友と語らいワイワイ教えあう。

真剣に講師の講義を聞く姿、受講生、解りやすい指導

個人的に適した指導、初めてパソコンに触れる人。



健康と生活に、笑いと健康福祉の増進を図る目的、
パソコン覚え、友達、家族、孫とメール嬉しい日過す。

やる気の有る方、年齢60歳以上、パソコン持参です。

パソコン初めての方、優しい指導員、文章記入から始まる。

地域、グループ、回覧表、案内表、チラシ作成、地域に貢献。

季節、花見、仲間会紹介、三田方言、地域の歴史、講習会参加

皆さん、愉快な、心地よい仲間です。

見学に来ませんかお待ちしております。

場 所 : 総合福祉保健センター (三田市川除 675 番地)、その他。

受講日 : 毎週火曜日、PM1時~PM 3時。パソコン持参、(基本月 4 回、祭日休み)
会 費

◎ 月 1,500 円

連絡先 : 今村 TEL 079-562-3824 ・ 携帯 090-8657-7395

団体名	パソコンクラブ		
代表者名	越田 昭		
連絡先	TEL	090-8794-3093 079-565-4448	FAX 079-565-4448
	E-mail	a.k08jun39@cf7.so-net.ne.jp	
活動内容	<p>【パソコン学習】</p> <p>1. ワード・エクセルの ON から OFF、名簿、スケジュール、会計、自治会、サークル活動の文章・書類等の作成</p> <p>2. デジカメで撮った写真の整理</p> <p>3. ハガキ作成</p> <p>4. パワーポイントの使い方</p>		
主な活動日・例会等	毎週木曜日(月 4 回) 13:00~15:00		
活動場所	三田市総合福祉保健センター		
会員数	10名程度	会員の年代	50~80歳代
団体PR	<p>1. 初心者、障害者、高齢者・・・どなたでもどうぞ (自分のパソコン Windows10 を持ち込みです。)</p> <p>2. パソコンを学習しつつ会員相互の親睦を図り、情報を得て日常生活を豊かにしていきます。</p> <p>3. 学習内容は、会員と講師で相談しながら民主的に進めていきます。</p> <p>4. ご自分の教えてほしいことを提示して頂けたらうれしいです。</p>		

パソコンクラブ

2021-6-1

・場所:総合福祉保健センター(右図)会議室

・日時:木曜日午後1時～午後3時

(但し事前に教室が確保されていない時は休会です。)

・各自パソコン(WINDOWS10)持参ください。

・費用:1000円/月程度



問い合わせは下記へお願いします。

記

世話役:越田 昭/090-8794-3093

a.k08jun39@cf7.so-net.ne.jp

会計係:山田滋子//090-9542-3666

優しく、親切な講師太田忠利先生の指導の下、パソコンを使って楽しく色々やっています。この会は「一方的に唯教えてもらっている」会というより、皆の会です。皆で話し合っ、時代にあった会にしたいので、この会に賛同し、協力していただけるなら、初心者、高齢者等どなたでも歓迎です。

パソコンの基本操作から学んで、ワード、エクセル、パワーポイント、メール、インターネット等を使って、案内状、年賀状、家計簿、写真整理、話題提供の資料等を作って楽しんで下さい。又、パソコンは機械ですので、必ずうまく作動しなくなるとか、色々のトラブルが発生することがあります。そんな時、太田先生は救世主的存在です。お互いに助け合うことで、記憶も確かになり、自分の勉強にもなります。

お待ちしております。



団体名	三田 Wing (視覚的不利克服のためのパソコン操作支援グループ)		
代表者名	田 中 徹		
連絡先	TEL	079-565-2788	FAX 079-565-2788
	E-mail	falcon_sf36@nifty.com	
活動内容	<p>パソコンを音で操作するためのスクリーンリーダーの操作・ホームポジションからのブラインドタッチ操作練習・文書の読み書きや各種ソフトの操作学習 (住所管理・ネットニュース読み・ネットサーフィン・サビエ電子図書館の利用端末の操作等)</p> <p>・補講、連絡、関連 ml からの情報収集のためのメールや web 操作 ・web 会議の活用・スマホ、QSL コード読み関連機器など視覚的サポート情報の紹介</p>		
主な活動日・例会等	<p>毎月第3土曜日 (施設事情により変更あり) 10:00~15:00</p> <p>* 感染予防にて、定例を含めて毎週1回のネット学習会も代替え実施しています。</p>		
活動場所	三田市総合福祉保健センター1階 第1・第2会議室 予定		
会員数	会員 7名 サポーター 2名	会員の年代	63歳~83歳 (平均73.1歳)
団体PR	<p>全くパソコンに触れたことのない方でも、途中で光を失った方でも、パソコンが発生する音を頼りにその操作方法を学習することで、メール交換・読み取り装置を使って文書の読み書き・インターネットで知らないところや音の情報を検索したり、各社のネット新聞の記事をスクラップしたり、世界中の音楽を聞いたり、視覚の力を借りなければ出来なかったことがどんどん可能になってきています。</p> <p>また、iPhone でもパソコン以上のことが、話かけるだけでも可能なことが増え、歩行の助けや、者の認識やnavigationなど不可能が可能になりつつあります。</p> <p>これらのような機器を使うことで、視覚的不利を持つ者にとって今後の生活にどれだけの実りをあたえてくれるものか想像を絶するものがあります。これをお手伝いするのが Wing です。是非多くの方の参加を切望致します。</p> <p>三田 wing のホームページ http://okada.sub.jp/wing/</p>		



気になるグループがありましたら
お問い合わせ下さい！

新規のセルフグループにつきましては、掲載
希望など障害者生活支援センターまで
お問い合わせ下さい。

TEL:079-559-5205

団体名	三田市肢体不自由児者父母の会		
代表者名	増金 真澄		
連絡先	TEL	079-567-2659	FAX 079-567-2659
	E-mail		
活動内容	① 月1回の例会 ② 研修・親睦(不定期) ③ 動作法学習「ぐんぐん・ジャンボ(大人のぐんぐん)」 ④ 兵庫県肢体不自由児者父母の会連合会に参加 ⑤ 阪神7市1町連絡会に参加 ⑥ 全国肢体不自由児者父母の会に参加		
主な活動日・例会等	●毎月第3木曜日 例会 ●研修・親睦(不定期) ●兵庫県肢体不自由児者父母の会連合会 理事会(年5～6回) ●阪神7市1町連絡会議(年4回) ●兵庫県肢体不自由児者父母の会 研修会		
活動場所	三田市総合福祉保健センター		
会員数	15名	会員の年代	40～60歳代
団体PR	<p>高校生～40歳代までの障害のある子どもをもつ父母が、現在～将来の疑問や悩みを相談できる会です。学齢期までの障害のある子どもがいらしゃる方は、当会の経験のある会員から、現在～将来の疑問や悩みを気軽に相談できます。</p> <p>また、子どもたちの体のために、市内外のスーパーバイザーの先生方のご協力のもと、動作学習を月1回第3土曜日の午後に行っています。</p> <p>見学は大歓迎です。</p>		



三田市肢体不自由児者父母の会



[平成元年発足]

【会は、肢体に障害がある人の家族で構成しています。】

【兵庫県、近畿、全国に連合会があります。】

私たち肢体不自由児者父母の会は、重度肢体不自由児者・重度重複障害児者の学校生活、将来の生活をよりよいものにするため見学や研修を重ね、地域でゆたかにのびのびと暮らしていけるように活動しています。

活動紹介

・例会：毎月一回第3木曜日開催

- ・見学会
- ・親睦会
- ・バザーの出店

動作法教室

- ・「ぐんぐん」毎月第3土曜日開催
総合福祉保健センターにて
年一回一泊二日キャンプ実施
(年によってはディキャンプ)
- ・「おとなのぐんぐん」毎月最終水曜日
『ねくすと』にて

『家作り』に向けて

どんなに重いしょうがいを持っていても、人としてあたりまえの暮らしがしたい。施設ではなく、家が欲しい。そんな思いで、活動を続けています。

会員(子どもたち)の所属先

- ・社協ディサービス ・わくわく村 ・のぞみ作業所 ・東山荘
- ・いぬいふくし村(鎌山市) ・希望の家(宝塚市) ・はんしん自立の家(宝塚市)
- ・上野ヶ原特別支援学校(高等部)



団体名	<p style="text-align: center;">NPO 法人 言語障害者の社会参加を支援する会 しゃべろーよ</p>			
代表者名	<p style="text-align: center;">田中 昌明</p>			
連絡先	TEL	079-559-0804	FAX	079-558-9999
	E-mail	talk-y@silk.plala.or.jp		
活動内容	<p>失語症者の仲間づくり・失語症の啓発・情報交換・学習・失語症会話パートナー(意思疎通支援者)の養成、他 ○毎年作品展「ゆめひろば展インさんだ」・「ゆめひろば交流会」の開催 ○失語症者が働く作業所「トークゆうゆう」の運営</p>			
主な活動日・例会等	<p style="text-align: center;">例会:毎月 第4土曜日 13:30~16:00</p>			
活動場所	<p style="text-align: center;">トークゆうゆう</p>			
会員数	25名	会員の年代	40~60歳代	
団体PR	<p>平成7年7月21日設立。会員は失語症者・家族・活動の趣旨に賛同する人OKです。失語症は話すことだけでなく、読むこと、書くこと、ことばを理解することが困難になるコミュニケーション障害です。また、身体の機能障害も重なり、社会参加の機会をあきらめてしまう人が多くいます。三田市内には私たち失語症をもつ人と家族の会があります。失語症の方、ご家族の方へ！「まず、一歩 家から踏み出してください！」元気な仲間が待っています。病気の先輩がいます。気軽な気持ちでご参加ください！ <会員募集中></p>			
				

NPO法人 言語障害者の社会参加を支援する会しゃべろーよ

自分のいいたいことが、相手に伝わらない。

のどまで出かけている言葉がいえなことほど、辛いことはありません。

私たちは、脳卒中や病気、事故が原因で失語症という後遺症を負いました。家族もどう接したらよいか分からず共に苦しみました。

失語症者は、話すことだけでなく、理解すること、読むこと、書くことの困難をとまなう社会参加の基盤に障害がおこるコミュニケーションの障害です。

四肢のマヒも重なり、社会生活の場を立たれることも少なくありません。

しかし、適切なりハビリテーションを受けることや、周りの人々の理解と配慮があれば回復をはかることは十分に可能です。

私たちは、同じ障害もつ仲間が集まって、

- ・親睦と交流を深めながら、
- ・社会参加の再出発の場として、
- ・情報交換の場として、
- ・また、多くの方に失語症を理解していただく

ために、
ゆっくり、のんびり、ぼちぼちをモットーに活動しています。



<入会のご案内>

同じ障害の方、

ご家族の方へ

先ず、一歩 家から踏み出してください。

元気な仲間が、待っています。

気軽な気持ちで、ご参加ください。

例会は、

毎月第4土曜日 午後1時30分～4時

行事計画に合わせて集まっています。

会場はトークゆうゆうです！！

【周辺地図】

最寄り駅：JR三田駅 徒歩15分

神戸電鉄三田本町駅 徒歩10分

神姫バス 法務局前下車 徒歩2分



就労継続支援B型事業所 トークゆうゆう

小規模作業所「トークゆうゆう」

〒669-1533 三田市三田町35-21

Tel/Fax 079-559-0804

<会員募集中>

失語症の方、ご家族、会の活動に関心をお持ちの方の入会を待っています！

お問い合わせ先：

NPO法人 言語障害者の社会参加を支援する会しゃべろーよ

〒669-1533 三田市三田町35-21 「トークゆうゆう」内

電話・FAX番号：079-559-0804

団体名	NPO 法人 三田市手をつなぐ育成会			
代表者名	市川 修子			
連絡先	TEL	079-563-2933	FAX	079-563-2933
	E-mail	sanda.ikuseikai@gmail.com		
活動内容	<p>知的障がいをもつ、子どもの親が、子ども達の幸せと、自立した生活を送ることができるように、さまざまな活動をしているグループです。</p> <p>親なき後も、知的障がいのある本人達が、安心して暮らせるように、グループホームの運営もしています。</p>			
主な活動日・例会等	毎月1回 運営委員会・四役会・例会 その他余暇活動等も定期的実施しています			
活動場所	三田市総合福祉保健センター			
会員数	41名	会員の年代	30～80歳代	
団体PR	<p>親達の活動以外に、本人達が余暇を楽しむための、余暇活動にも力を入れて皆で楽しんでいます。</p> <p>また、勉強会も定期的に行き、障がいがあっても地域で普通に暮らすために頑張っています。</p>			

見学・体験
歓迎です!

余暇活動の紹介

料理教室



月1回 土曜日 10~13時

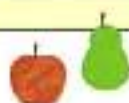
SSV(*)やボランティアさんと一緒に比較的簡単なメニューを最初から最後まで自分一人で仕上げることを目指しています。



AYE AYE バンド

月2回 第2・4日曜日 10~12時

音楽好きな仲間が集まって、マリンバ・ハンドベル・パーカッションなどの楽器を使い演奏しています。色々なイベントに参加し、レパートリーも増えています。



たんぽぽ



月1回 土曜日 14~18時

SSV(*)やボランティアさんと一緒に造形や工作、料理を指導してもらいながら、コミュニケーションを大切に活動しています。

ボウリング教室

月1回 第3土曜日 10~12時

インストラクターの指導のもと腕もあがりスピアやストライクが出ると大喜びしています。

音楽療法 チャチャチャ



月1回 日曜日 10~12時

自分の好きな曲のピアノ演奏に合わせてトランポリンを跳んだり、楽器演奏を楽しんだり、歌を歌ったりしています。

本人部会 18歳以上の方対象

みんなの会…主に就労している方

わくわく会…主に福祉事業所に通っている方

定期的ではないですが、本人さんたちを中心に計画を立てて、バーベキューや新年会などの会食、ハイキングなど楽しい活動をしています。

学齢部会 幼児・就学児対象

親子・兄弟みんなでお出かけを楽しんでいます。進路や将来のこと、今現在の心配事について話し合ったり、各種講演会などに参加して、障害についての理解を深めています。

*SSV (関西学院大学ボランティアサークル)

一緒に活動
してくださる
ボランティアさんも
募集中です!



団体名	三田市精神障害者家族会 にじの会		
代表者名	満原 義行		
連絡先	TEL	090-2106-9145(山岸)	FAX
	E-mail	nijinokai.sanda@gmail.com	
活動内容	<ul style="list-style-type: none"> ・統合失調症を中心とした精神障害者を身内に持つ家族への寄り添い、支え合い、相談活動 ・毎月1回の定例会で近況や情報交換、体験の共有 ・家族による家族学習会やこころの病家族教室で普及啓発 		
主な活動日・例会等	毎月第2土曜日 13:30~16:00		
活動場所	主として 三田市総合福祉保健センター		
会員数	23名	会員の年代	50~70歳代
団体PR	<p>【メッセージ】</p> <p>皆同じ悩みを持ちながらも、悩みを分かち合える仲間がいる。安心して愚痴や苦しみを話せるところです。</p> <p>先輩家族の方の生の体験・知恵を学ぶことができ、今後に生かせるので大変ありがたいです。</p>		



気になるグループがありましたら
お問い合わせ下さい！

新規のセルフグループにつきましては、掲載
希望など障害者生活支援センターまで
お問い合わせ下さい。

TEL:079-559-5205

団体名	障害者よさこいチーム輝笑 ～きらら～			
代表者名	八十川 一三			
連絡先	TEL	079-559-6366	FAX	079-559-6366
	E-mail	yasokawa@zeus.eonet.ne.jp		
活動内容	よさこい踊りを通じて、障害者(児)の健康増進と、社会参加を図る。障害者(児)と健常者の交流。障害者(児)の自己啓発。 月2回の練習 年10回前後の演舞による社会参加。(ここ2年間は新型コロナで演舞の機会は1~2回でした。今年度から従来通り10回前後、演舞が出来ればと期待している。)			
主な活動日・例会等	第2・第4日曜日 10:00~12:00			
活動場所	三田市総合福祉保健センター			
会員数	28名	会員の年代	10~80歳代	
団体PR	<p>どこの学校にも、どこの施設にも属さない日本で唯一の障害者のよさこいチームです。10代から80代までの障害者の多世代交流の場でもあります。ボランティアさん保護者のみなさんにお世話になっています。</p> <p>練習を通しての余暇活動、健康増進を目的に頑張っています。</p> <p>毎回、練習は和気あいあいとみな楽しみにしています。</p> <p>演舞による社会参加・市民との交流もあり、みんな笑顔で楽しんでいます。いつでも見学OKです。</p>			

三田市障害者よさこいチーム



輝笑

きらら



メンバー・
ボランティア
募集中

「さんだまつり 2017」演舞



2010年から活動開始したよさこいチーム「輝笑(きらら)」です。私たちは障害があるメンバー26名とボランティアの方々に活動しています。

10代～70代までの幅広い年代のメンバーが楽しく踊っています。

三田まつりやSANDAフェスタ、老人施設などで演舞をさせていただき、イベントを盛り上げるお手伝いをしています。同時に自分達も楽しんで、生きがいを感じて活動しています。

障害の無い方も是非参加してみてくださいね！

お気軽に見学に来てね！

★練習日★

毎月第2、4日曜日

★場所★

三田市総合福祉保健センター

★時間★

10時～12時

★会費★

1ヵ月 500円

★問い合わせ★

三田市社会協議会ボラン
ティア活動センター

079-564-0410

よさこい祭

さっちゃんとお楽しみ会をしました！



HP: <http://vosakoikirara2017.wixsite.com/mvsite>



facebook

<https://goo.gl/fGds>



団体名	ほほえみ会			
代表者名	八木 美世			
連絡先	TEL	079-565-8930	FAX	079-565-8930
	E-mail			
活動内容	心身に障害のある子どもの保護者が中心になり活動。障害のある、なしにかかわらず生き生きと自分らしく活動し、暮らしていける社会をめざし、水泳練習会やレクリエーション、勉強会、ボランティア活動などを行っています。			
主な活動日・例会等	<ul style="list-style-type: none"> ・定例会 隔月(三田市総合福祉保健センター) ・水泳練習会 毎週日曜日(NAS ウッディタウン) ・親子ボランティア 不定期(ボランティア活動センター他) ・会報誌発行 隔月 ・研修会・勉強会・レクリエーション(ふうせんパレー、お泊まり会、クリスマス会等)など 不定期 			
活動場所	三田市総合福祉保健センター スポーツクラブNAS ウッディタウンのプール等			
会員数	15名	会員の年代	50～60歳代	
団体PR	<p>ほほえみ会は会員全員が協力しあいながら、明るく楽しくをモットーに活動しています。</p> <p>また、勉強会や研修会も計画し、同じ悩みを持つ親同士、悩みや相談、情報交換なども気軽にできる和気あいあいとしたグループです。</p> <p>様々な親子活動を行っていますので、いろんな経験を通して自発的な活動が増えたり、積極的な姿が見られるようになってきています。</p> <p>障害のある若者達と何か一緒に活動したいと思われている方は一度活動をのぞきに來てくださいね。</p>			



ほほえみ会

ほほえみ会は「障がいのある人やそうでない人たちが
共に学び、共に生きていける地域社会」

を望み様々な活動をしています。

活動内容

<企画部>

- ・研修会、勉強会の開催
- ・親睦を図るための楽しいイベントの開催
(お泊り会・イルミネーション見学・カラオケ大会など)



(お片付け講座の様子)



(ふうせんバレー大会)



(お泊り会)

<広報部>

- ・会報誌「ほほえみ通信」の発行と配布
- ・その他広報活動



(毎週日曜日
ウッドタウンNASにて)

(練習の様子)



<ボランティア部>

- ・親子ボランティア(発送作業のお手伝い等)
- ・福祉事業への参加



(清掃活動)



(親子ボランティアおしごと隊)

<フール部>

- ・会員対象の水泳練習会
(目的)・身体的リハビリ、体力づくり
・集団活動で社会適応力を養う
・泳力を高め自信をつける

<本部> ・定例会開催 ・総会開催 ・新年会

会員対象

主に心身にハンディを持つ児・者の家族と、主旨に賛同する者

誰もが地域や学校・就労先で、生き生きと自分らしく活動し暮らしていけることが私達の願いです。

障がい児・者の福祉と教育の向上のために私達にできることから、力を合わせて取り組んでいます。

* ほほえみ会に関するお問い合わせは、三田市ボランティア活動センター(TEL079-564-0410)まで

団体名	つわぶき会		
代表者名	久下 秀治		
連絡先	TEL	090-8209-8340	FAX 079-563-5189
	E-mail	hide_kuge.0627@jttk.zaq.ne.jp	
活動内容	<ul style="list-style-type: none"> ○ 毎月第3金曜日 午後糖尿病教室を開催 ○ 春・秋に屋外で桜鑑賞会・ウォーキング・ウォークラリーを開催予定 ○ 年2回程度食事会を開催予定 		
主な活動日・例会等	<ul style="list-style-type: none"> ○ 毎月病院内会議室で糖尿病教室を開催し、医師・看護師・薬剤師・管理栄養士・理学療法士の専門分野の教室を開催 ○ 春は桜鑑賞とウォーキング、夏は食事会、秋はウォークラリーを予定、つわぶき庭園(つわぶきの花)の植栽管理定期的に開催 		
活動場所	病院内会議室・総合福祉保健センター・有馬富士共生センターほか		
会員数	約45名	会員の年代	55～80歳代
団体PR	<ul style="list-style-type: none"> ○ 令和4年1月に開設されました、糖尿病センターと連携を図りながら、活動を進めております。 ○ 本会は、独立行政法人 国立病院機構 兵庫中央病院 会議室において、糖尿病患者とその家族及び糖尿病に関心のある方、医師、看護師、薬剤師、検査技師、管理栄養士、理学療法士等で組織し、糖尿病に関する研修を実施しております。 ○ 桜鑑賞会、ウォーキング、ウォークラリー等を開催予定しております。 		

つわぶき会

事務局

独立行政法人国立病院機構兵庫中央病院

〒669-1562 三田市大原1314

令和4年1月 兵庫中央病院内に糖尿病センターが開設されました

創立：平成12年3月12日

平成12年5月1日 (社) 日本糖尿病協会に加入

指導医 鴻山訓一医師、福永みちる医師ほか

医療関係者(看護師・栄養士・薬剤師等)

会員数 約41名 (令和4年6月時点)

年会費 3,600円 (さかえ月刊誌代等含む)

その他 糖尿病教室への参加 (毎月第3金曜日予定)

春のハイキング・秋の食事会など

“春のハイキング”
桜回廊のハイキングと
昼食会



(会員及び家族・友人の参加者のみなさんです。)

“秋の食事会”
ギターの生演奏を聴きな
がらのランチ



※令和2年及び3年は、コロナウイルスの影響で
行事が出来ませんでした。

『つわぶき庭園』
つわぶきの花を2019年2月植樹
(2022年6月現在)



お問い合わせ先：外来 (総合処置室)

団体名	にんじんの会		
代表者名	山野 美江		
連絡先	TEL	079-562-8421 (三田市多世代交流館ふらっと子育て交流ひろば)	
	E-mail		
活動内容	情報交換会&おしゃべり会、オンライン開催の際は LINE ビデオ通話にて。		
主な活動日・ 例会等	原則として、毎月第2火曜日 10:30~12:30		
活動場所	三田市総合福祉保健センター		
会員数	5 家族	会員の年代	20~50歳代
団体PR	<p>食物アレルギー、ぜんそく、アトピー性皮膚炎などアレルギー疾患で心配、不安を1人で抱えていませんか？</p> <p>お医者様・ママ友達に話せないこと聞けないことも、にんじんの会にはアレルギーっ子の親として同じ立場で気軽に話せる仲間がいます。</p> <p>情報交換とおしゃべりで、笑いのたえない愉快的なサークルです。</p>		

にんじんの会

多世代交流館 登録グループ

食物アレルギー・ぜんそく、アトピー性皮膚炎など
アレルギー疾患で心配や不安を
一人で抱えていませんか？

お医者様・ママ友達に話せないこと聞けないことも、
にんじんの会にはアレルギーっ子の親として、
同じ立場で気軽に話せる仲間がいます。

情報交換とおしゃべりで、
笑いのたえない愉快的なサークルです。

【活動場所】三田市総合福祉保健センター

【活動日時】定例会 毎月第2火曜日 10時30分～12時30分

【参加費】年会費 1000円

♪見学を希望される方はご連絡ください♪



団体名	<p style="text-align: center;">NPO 法人 P.I.E.GROUP.SANDA (パイグループさんだ)</p>		
代表者名	<p style="text-align: center;">エリス シェーン</p>		
連絡先	TEL	<p style="text-align: center;">070-5664-2060</p> <p style="text-align: center;">(毎週土曜日 午後 1 時～5 時)</p>	FAX
	E-mail	<p style="text-align: center;">info@piesanda.jp</p> <p style="text-align: center;">(お返事に時間がかかることがあります。)</p>	
活動内容	<p>(1) がん予防の教育と普及事業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・病気予防の運動教室 (全 6 回開催) ・すべての女性にピンクリボンを！ Pink Ribbon Day in SANDA 乳がんを知り、考える日 (10 月 2 日 (日) 開催) ・情報誌 News Letter の発行 ・ハニーFM 出演 (偶数月の第一火曜日) <p>(2) がん患者や家族を対象とする相談、助言事業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・専門家にアドバイスが得られるがん患者・ピア・サポート (全 9 回開催) <p>(3) がん患者や家族を対象とする相談、助言に関するサポーター養成およびセミナー事業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「がん患者・ピア・サポーター養成セミナー」(全 4 回開催) ・「ピア・サポーター研修」(8 月 11 日 (祝) 開催) 		
主な活動日・例会等	<p style="text-align: center;">ホームページをご覧ください https://piesanda.jp/schedule.html</p>		
活動場所	<p>三田市まちづくり協働センター</p>		
会員数	23 名	会員の年代	40～70 歳代

団体PR



★P.I.E.GROUP.SANDA とは？

2018年6月に発足。2020年10月NPO法人化。三田発&初「そもそもがんにかからないこと」病気を予防することの重要性を発信するグループです。

P.I.E.とは、防止(Prevention)、介入(Intervention)、教育(Education)のアルファベットの頭文字をとって、それをつなげてパイと読みます。

早期発見、早期治療を目的とした健診の機会やいざというときの為の保険の情報は、沢山あるのに、がんの予防に関する教育を受ける機会や情報は残念ながらほとんどありません。がんの早期発見・早期治療という考え方だけではすくい取れない「予防の重要性」という観点をベースに、予防教育と相談事業を通じて、地域社会の健康福祉の向上に寄与することを目的とし活動しています。



★専門家にアドバイスが得られるがん・ピア・サポート

第1部「知る・考える」(講演と質問)；医療・法律・健康の専門家から話題提供をしていただきます。

第2部「語り合う」；病気に対する悩みや不安、しんどさについて、語り合える場所、情報やヒントを得られる場所として開催しています。普段、家や病院では話せない気持ち・聞けないことを話してみませんか？あなたが語ることが、誰かの元気につながったり、逆に元気をもらったりするかもしれません。お気軽にお申込みご参加ください。

(当法人のがん・ピア・サポーター養成セミナー受講修了者がお話をお聴きします。)

♡ボランティアメンバー募集中♡

老若男女病気歴問わず、がん予防や健康維持に興味のある方、誰かの喜ぶ顔が見たい方、ぜひ一緒に活動してみませんか？

みんなでワイワイ楽しく活動しています。難しく考えずお気軽に活動を覗いてください。

ご連絡お待ちしております。

団体名	三田市在宅高齢者介護者の会 つくしの会			
代表者名	高見 好子			
連絡先	TEL	079-564-6499	FAX	079-564-6499
	E-mail			
活動内容	介護等につまわる情報交換を密にして、共にその苦しみ、悩みを共有し、助け合う活動と、介護者の体力増進を目指し、笑顔で明るく行動するように、健康体操を実施。			
主な活動日・例会等	毎月 1回 水曜日			
活動場所	三田市総合福祉保健センター			
会員数	9名	会員の年代	50～80歳代	
団体PR	<p>発足 27 回目の総会を実施。 細長く、たとえ少人数でも、つらい時に思いを共有し、励まし合う草の根運動です。 悩みを話し合い、共有できるだけでも、心の中が軽く、元気になります。 体操をしたり、手芸など、コロナ禍で中止している小旅行をしたりして、親睦を図っています。</p>			



「介護者の会を」ご存じですか？

高齢者や障害のある方を介護しておられる方の会です。

悩み事や心のつかえをかかえておられませんか？

「自分だけがどうして大変な思いばかりしなければいけないのか？」

そんなことを感じておられる方、介護者の会「つくしの会」を

たずねてみてください。

介護を終えた方や介護サポーター、そして同じ思いをもっている介護者がいます。

一緒にお話をしましょう。

介護に関する研修会や勉強会で、介護者ならではの生きた情報交換をし、

又趣味の口座や日帰り旅行など楽しみな行事もしています。

介護も生活の一部です。介護者が心も身体もリフレッシュして生活を送るための参加してみられませんか？

又「介護するようになった時どうしたらいい？」と疑問をお持ちの方もどうぞ参加下さい。

名称	三田市在宅高齢者介護者の会（つくしの会）		
会員数	12名		
会費年	年会費	1,500円	
活動	年10回程度		
活動場所	三田市総合福祉保健センター他		

〒410-0001 三田市藤原 三田市総合福祉保健センター内

お問い合わせ、入会申し込み

三田市総合福祉保健センター内

在宅高齢者介護者の会「つくしの会」

☎ 564-6499（高見）

☎ 564-3241（藤原）



団体名	男性介護者の会 ぼちぼち野郎		
代表者名	北村 吉次		
連絡先	TEL	080-5332-0537	FAX 079-561-2631
	E-mail	007carpentier25@nike.eonet.ne.jp	
活動内容	<p>男性介護者が集まり、それぞれの苦労話を話したり、聞いたりしています。時々、講演会や料理講習会・勉強会・交流会などもやります。</p> <p>ハニーFMに隔月出演しています。 (偶数月の第一月曜日の翌日の第火曜日、 ハニーサウンドカフェ 15時10分～)</p>		
主な活動日・例会等	<p>毎月第4土曜日 10:00～13:00 予約は不要です。 途中退席・途中からの参加でも大丈夫です。 時々、開催場所が変更になることがあります。事前に連絡いただける方が確実です。</p>		
活動場所	三田市総合福祉保健センター		
会員数	16名	会員の年代	50～80歳代
団体PR	<p>介護をしているあなたの経験は他の介護者の貴重な情報です。そして、他の介護者の宝物に触れてみてください。2011年に設立されました。</p> <p>私たちの思い</p> <ul style="list-style-type: none"> ・介護者は孤立してはいけない。 ・介護者の会も孤立してはいけない。 ・介護者に笑顔がなければ、介護を受ける人は絶対に幸せにならない。 <p>男性介護者の会ですが、介護を受けている奥様も一緒に参加される方もいらっしゃいます。いつでも、気軽に覗いてみてください。</p>		

私たちは男性介護者の会

ぼちぼち野郎 です

介護にちょっと疲れた 男性 募集中!



毎日、毎日の介護おつかれさまです。介護のお疲れがたまっていないですか。やり場のないストレスを一人で心の中に抱え込んでいませんか。

そんな時は、「ぼちぼち野郎」に参加して、抱え込んでいるものを、思いっきり話してみてください。

それだけでも案外、気が楽になる場合があります。

そうしたら、次に他の人の抱え込んでいるものを聞いてあげてください。そこには宝物が詰まっていますよ。

そして、にっこり笑って明日も楽しく生活しましょう。

毎月1回第四土曜日 集まっています。

日時：毎月第四土曜日 午前10時～13時

場所：三田市総合福祉保健センター

予約、申し込みなどは不要ですが、希に別の場所で開催することがありますので、ご確認いただける方が確実です。

また、介護を受けているご家族を自宅に残しての外出が心配でしたら、一緒にご参加いただいても大丈夫です。奥様と一緒に参加されている方もいらっしゃいます。

いつでも、お気軽にご参加ください。

毎月、ハニーFMに出演中! 第一月曜日の翌日の火曜日 15:10～15:40

毎月第一月曜日は、認知症専門医による「誤解されやすい認知症の話し」です。そして、その翌日の火曜日は「ぼちぼちやろうよ介護の話し」です。FM放送82.2MHzに合わせてみてください。



ご連絡・お問い合わせ先(担当:北村)

☎080-5332-0537

✉007carpentier25@nike.eonet.ne.jp

団体名	トゥモロウ 不登校の子を持つ親の会			
代表者名	森本 尚子			
連絡先	TEL	079-502-0240	FAX	079-502-0240
	E-mail	twumorou@yahoo.co.jp		
活動内容	学校に行かなくなった子どもたちや、その親が不安になったり、傷ついたりしていることに寄り添って、安心できる場として月1回(第3木曜日)例会を開いています。			
主な活動日・例会等	例会 毎月1回 第3木曜日 10:30~13:30頃まで			
活動場所	三田じばやん倶楽部			
会員数	会員の年代			
団体PR	学校生活で傷ついたり、友人関係で悩んでいる子どもと親御さんが、お互いの経験を話し合うことで、気持ちが楽になったり、次の方法や行動が見つかることがあります。一人ではありません。仲間がいるので声をかけてください。			

トゥモロウ

不登校の子を持つ親の会

気楽なしゃべり場

不登校について話したい方が集まって

気楽にしゃべりあっています。

・・・もちろん、秘密は守ります。

トゥモロウは、我が子が不登校になった時、ひとりでは抱えきれなくて、身近に仲間がほしかった・・・そんな想いから三田で生まれたグループです。

気楽にのぞいてみませんか？

不登校に関しては、いろんな情報があり、
また個々に考え方、対応の仕方も違って当然です。

迷っている時、話して気持ちを整理するとか、
ひとりじゃない！って安心できるとか、
進路はどうなるんだろう？って思う時とか、

ちょっとだけでも心のゆとりを取り戻すために、ホッと一息つく場として
トゥモロウがあるといいと願い、「気楽なしゃべり場」を続けています。

トゥモロウHP <http://twumorou.web.fc2.com/>

毎月第3木曜日 10時半～13時半ごろまで

三田じばやん倶楽部（三田地区多世代交流広場）にて

さんだ市民センター北側徒歩1分

ご相談、問い合わせは

E-mail twumorou@yahoo.co.jp

*三田じばやん倶楽部へのアクセス（じばやん倶楽部には駐車場はありません）

〒669-1533 兵庫県三田市三田町2 1-1 2

JR 三田駅より徒歩 11 分(約 850m) JR 三田本町駅より徒歩 8 分(約 500m)

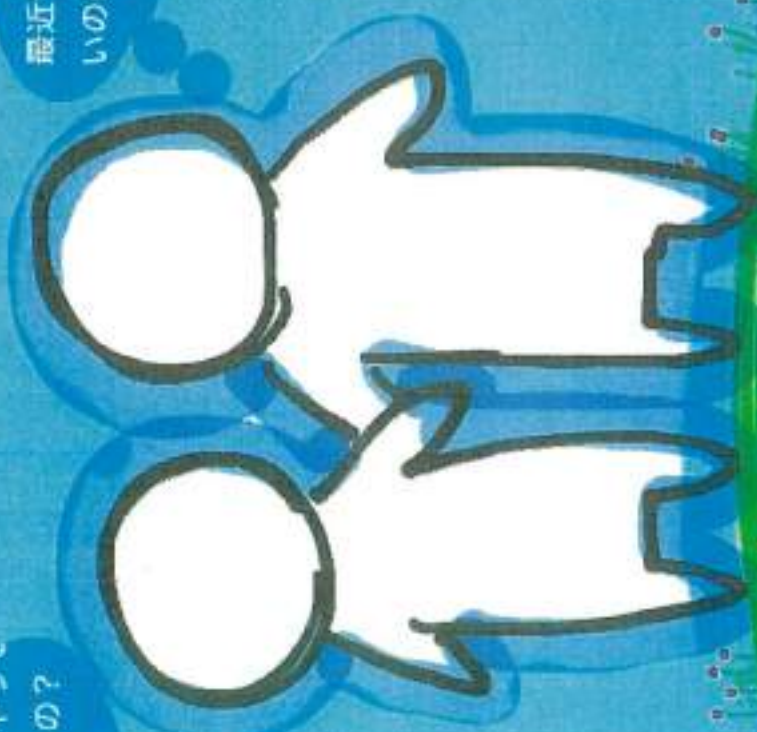
さんだ市民センターをめざしてきてくださいね！

団体名	<p style="text-align: center;">カウンセリンググループ いまじん</p>		
代表者名	<p style="text-align: center;">奥元 七穂（連絡担当 奥元 勝久）</p>		
連絡先	TEL	080-5322-4061	FAX
	E-mail	naho130725@gmail.com	
活動内容	<p>月1回、「人を大切にする 聴き方教室」と「自由な話し合いの場」を開催しています。</p> <p>「聴き方教室」では、「カウンセリング」をベースに「人の話を聴く、聴かせて頂く」ことを学んでいきます。「他者を理解するには、まず自分を理解する」ことに重点を置いて、ワークを多く取り入れた講座です。</p> <p>「自由な話し合いの場」では、人（参加メンバー）と交流することで生じる様々な気づきや学びを糧に自己成長・グループの成長を目的とした活動をしています。世話人（カウンセラー）が話の整理をしたり、深まるような働きかけをしますが、参加メンバーの主体性を優先します。</p>		
主な活動日・例会等	<p>原則 毎月第一日曜日 傾聴講座・・・14:15～16:15 自由な話し合いの場・・・16:30～18:00</p>		
活動場所	<p style="text-align: center;">まちづくり協働センター、総合福祉保健センター、 総合文化センター郷の音ホール など</p>		
会員数	5名	会員の年代	20～70歳代
団体PR	<p>カウンセリンググループいまじんはスタートしてから12年になります。うつ気味の方、人間関係でお悩みの方、日々のストレスの中で生きづらさを抱えている方、よりよい生き方を求めている方、居場所を求めている方、さまざまな方が、さまざまな想いで参加されます。ご興味をお持ちの方は、ご参加ください。お待ちしております。</p> <p style="text-align: right;">世話人 奥元勝久</p>		

つらい思いを少し吐き出して
みませんか？

あの人とどうやって
関わればいいの？

最近やる気が出な
いのは何故だろう



カウンセリンググループ
いまじん

「人を大切にする 聴き方教室」

日時 毎月第一日曜日 14:15～16:15
会場 総合文化センター 郷の音ホール 和室
まちづくり協働センター 会議室
総合福祉保健センター etc
参加費 1000円



お問い合わせは下記メール
アドレスへお願いします。

naho130725@gmail.com

自由な話し合いの場 (エンカウンターグループ)

日時 毎月第一日曜日 16:30～18:00
会場 上記教室と同会場
参加費 500円

カウンセリンググループ いまじん

団体名	NPO 法人兵庫県断酒会 三田市断酒友の会			
代表者名	向井 二三夫			
連絡先	TEL	079-563-1284	FAX	079-563-1284
	E-mail	fumio-mukai@herb.ocn.ne.jp		
活動内容	断酒するため本人及び家族が酒害体験を話し、それを聴く。 共通の悩みを持った者同士が互いに理解しあい、問題を解決していく、そのため例会を開催しています。			
主な活動日・例会等	断酒例会 平日 18:30~20:00 (ただし祝日は13:30~15:00)			
活動場所	フラワータウン市民センター			
会員数	7名	会員の年代	40~60歳代	
団体PR	お酒のことでお困りの方、悩みがある方、どなたでも自由に参加できますので、会場に来て下さい。			



気になるグループがありましたら

お問い合わせ下さい！

新規のセルフグループにつきましては、掲載

希望など障害者生活支援センターまで

お問い合わせ下さい。

TEL:079-559-5205

団体名	AA 関西セントラルオフィス 三田ミーティング			
代表者名				
連絡先	TEL	06-6536-0828	FAX	06-6536-0833
	E-mail	aa-kco@nifty.com		
活動内容	自分自身がアルコールを飲まない生き方をすることと、 現在飲酒の問題があるために苦しんでいる人たちに、飲まない 生き方が出来るよう手助けをすることを旨とする目的 のために集まっているグループです。			
主な活動日・ 例会等	定例会 原則 毎週金曜日 13:30~14:30			
活動場所	三田市総合福祉保健センター			
会員数	10名	会員の年代	年齢問わず 20~80歳代	
団体PR	週1回の定例会(ミーティング) ミーティングでは飲酒によって自分たちの生活や性格が どうなってしまったのか、回復するために何をしたのか、 そして今、どのように生きているのか話し合います。			



AA 三田ミーティング

AAとは、さまざまな人たちが、アルコールを飲まない生き方を手にし、それを
 続けていくための自助グループです。私たちも飲酒のコントロールを失った恥
 ずかしさや絶望を経験しました。一人で苦しまないで、いっしょにやりましょう!!

日時: 毎週金曜日 午後1時30分 から 2時30分

会場: 三田市総合福祉保健センター・3F 和室

(三田市川原675番地) JR三田・神戸線三田より西方面へ徒歩12分



(問い合わせ先)-----AA関西セントラルオフィス (KCO)

住所 〒550-0015 大阪市西区南堀江2丁目3-24 SAKAI-BM 南堀江801号室
 TEL 06-6536-0828 FAX 06-6536-0833

サービス時間: 月~金曜日(午前10時~午後4時) 電話受付 午後5時まで

日曜日・祝日(午後1時~4時) 土曜日(休み)

ホームページ: <http://www.aa-kco.com/> e-メール: aa-kco@nifty.com

団体名	「虹玉の会」			
代表者名	小野 光江			
連絡先	TEL	080-8310-4982	FAX	079-568-1335
	E-mail	mail@nijitama.net		
活動内容	<p>①個人面談(要予約)</p> <p>②メール、電話での相談受付(随時)</p>			
主な活動日・例会等	① 個人面談は毎月第1日曜日			
活動場所				
会員数	10名	会員の年代	50～60歳代	
団体PR	<p>【活動趣旨】</p> <p>○遺族の精神的サポート</p>			

団体名	プラチナボーイズ		
代表者名	奥野 成雄		
連絡先	TEL	090-3429-9870	FAX
	E-mail	okuno294t@yahoo.co.jp	
活動内容	月1回定例会議 随時視察等開催		
主な活動日・ 例会等	毎月第1日曜 10:30~12:00		
活動場所	まちづくり協働センター 人権・男女共同参画プラザ内		
会員数	13名	会員の年代	50~60歳代
団体PR	シニアの男性向け井戸端会議 引きこもり男性の解放 縛りのない自由な会です。気軽にご参加下さい。		

団体名	<h2 style="text-align: center;">杉の子</h2> <small>(すぎのこ)</small> <small>(不登校の子をもつ親と支援者の集まり)</small>		
代表者名	<small>岡</small> (おか)・ <small>杉浦</small> (すぎうら)		
連絡先	TEL		FAX
	E-mail		
活動内容	<p>さまざまな理由から、学校に行けない子・行きづらい子をもつ親や支援者が集まって話をしています。</p> <p>親が元気になれることで、子どもにもきっと良い影響があると考えて、</p> <ul style="list-style-type: none"> ・来たい時だけ来れる ・「こんな時、みんなどうしているの?」と気軽に聞ける ・情報が得られる・元気になって帰れる <p style="text-align: right;">をモットーに活動しています!</p>		
主な活動日・例会等	<p style="text-align: center;">偶数月の第3土曜日 10:00~12:00</p> <p style="text-align: center;">*会場の都合により変更になる場合あり</p>		
活動場所	<p style="text-align: center;">杉ヶ丘集会所(三田市三輪4丁目23)</p>		
会員数	/	会員の年代	主に40代
団体PR	<p>子どもが小学校→中学校に進学したら周囲にたくさん学校に行けない子どもがいることを知りました。親は心配しながらも、日々の生活に追われどうしていいか…焦り、時間だけがどんどん過ぎていく…。</p> <p>そんな中で同じ地域に住む親同士が、まずは親が孤立しない場、色々な情報が得られることで安心できる場を作ろうと立ち上げました。</p> <p>2年が経過し、今では人が人を呼んで、福祉職員、地域の活動者、元教員、フリースクールの先生など支援して下さる方も加わり、幅広い情報が共有できるようになりました。いずれは、子ども自身が安心して楽しく活動・活躍できるような居場所づくりにもつなげていけたら…と考えています。</p>		

杉の子（すぎのこ）

学校に行きたくないなら 無理して行かなくていいよ

でもずっと家にいることで勉強が遅れていったり、体力がなくなったり、何より人や社会との接点が薄くなってしまふことが心配、不安。学校に行かなくなれば、他に行ける場所はなかなか無いという現実。子どもが自信を持って取り組めたり、安心して過ごせるような場所があったら……。

皆で心配なこと、あったらいいなと思うこと、話していくことで何か変えていけることがあると思います。同じ立場の親同士や共感して支援して下さる方が少しずつ増えています。

1人で抱えないで。お母さんが元気になれば子どももきっと元気になります。

お茶を飲みながら皆でお話しませんか？

日時：偶数月の第3土曜日

10:00～12:00

(出入り自由)



場所：杉ヶ丘集会所

三田市三輪4丁目23-2

※駐車スペースに限りがありますので事前にご相談ください

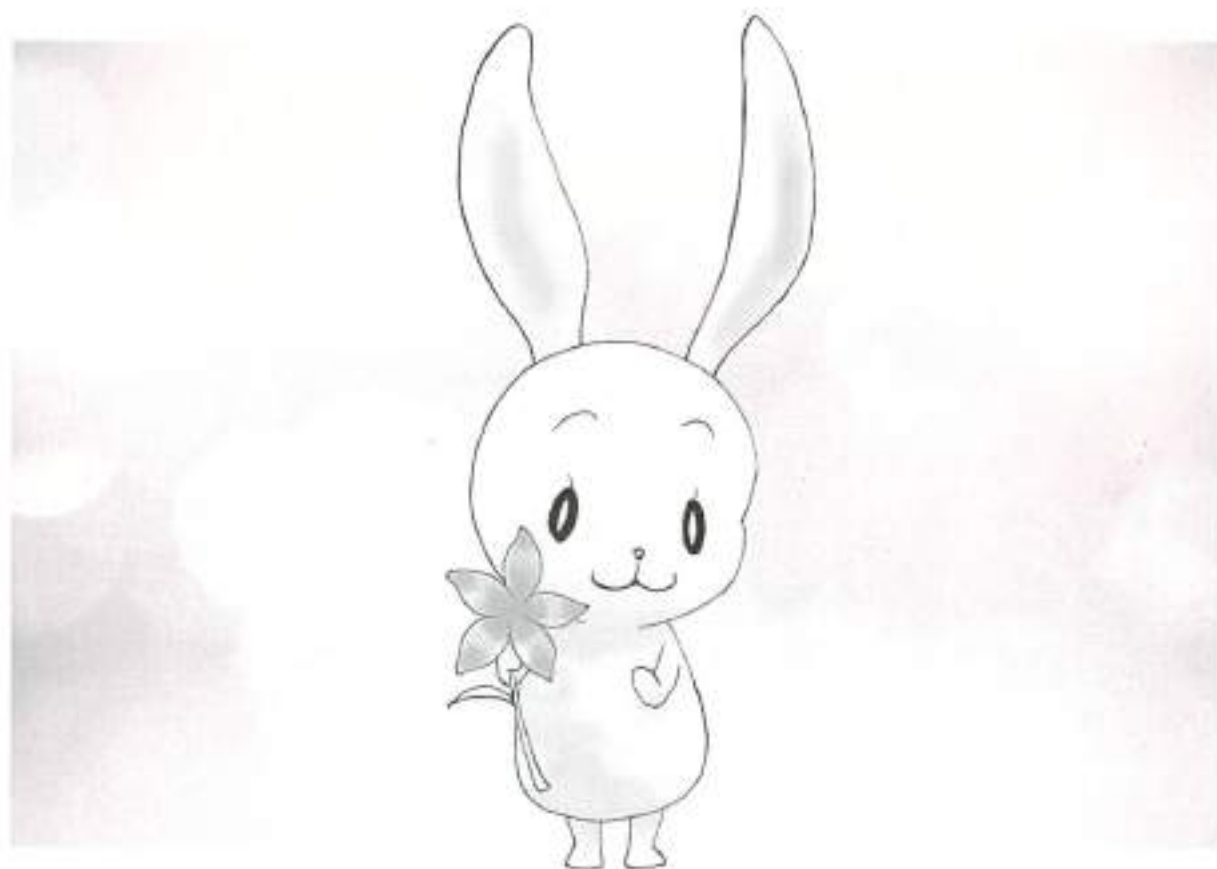
※マスク着用をお願い致します。消毒用アルコール用意しています。

換気やスペースに配慮して開催します。

参加費：100円/1回（飲み物代）



団体名	ミニクローバーの会		
代表者名	野間 和美		
連絡先	TEL		FAX
	E-mail	miniclover0922@gmail.com	
活動内容	ひきこもりの経験のある青年を持つ親が集まり、月 1 回例会を開いています。		
主な活動日・例会等	月 1 回例会 基本的に土曜日午後 (予約の関係で曜日の変更有)		
活動場所	フラワータウン市民センター 他		
会員数	約 10 名	会員の年代	
団体PR	同じ立場の親同士が悩みを話し合ったり、親睦を深めて安心出来る場として、例会を開いています。 仲間がいるので、声をかけて下さい。		



本冊子には、社協が把握しているセルフヘルプ等のグループのうち

掲載を希望されたグループを掲載しています。

また、本冊子に連絡先が未掲載のグループにつきましても、

下記までお問い合わせください。

社会福祉法人 三田市社会福祉協議会

地域福祉課 地域福祉係 (障害者生活支援センター)

〒669-1514 三田市川除675番地 総合福祉保健センター 1F

電話：079-559-5205 FAX：079-559-5948

Email：syougai-s@sanda-shakyo.or.jp

<令和4年7月発行>