

パザパでいこう



パザパとはフランス語で一步一步の意味です。

2024年夏号



発行日 2024年7月

多機能型事業所パザパ
一般社団法人ソーシャルステップサポート
〒201-0003
東京都狛江市和泉本町 1-9-4 光洋産業第二ビル 1F
電話 03-5761-7380 FAX03-5761-7381

法人理念

- *利用者の方との間に生まれる関係性を常に大切にしながら支援を行います。
- *利用者の方が住み慣れた地域で安定し、安心して自分らしい生活が送れるように支援を行います。
- *利用者の方ひとりひとりの生活スタイルおよびひとりひとりのニーズに応えるような支援を行います。
- *利用者の方の日々の生活が、より彩り豊かなものになるよう目指して支援を行います。
- *関係機関および地域の様々な社会資源とのつながりを大切に、地域に根差した事業所を目指します。

梅雨明け後、猛暑日が続いています。近年の夏の日差しは昔よりビシビシ？ギラギラ？と肌に突き刺して痛く厳しい感じがします。毎日のように熱中症注意の呼びかけがあり、夏との付き合い方を変えていく必要があるんだなと思います。ひんやりグッズを使って対策されている利用者さんもいらっしゃいます。

パザパでは5月にマスク着用を任意にし、飛沫シートは継続することになりました。今の登録者数の三分の二くらいがコロナ禍で通所を始められており、マスクを外したお顔の印象がちょっと違う方もいらっしゃったり、表情がストレートに分かるようになっていたりして、改めて顔の見えるコミュニケーションの大切さを感じました。

ただ、またコロナが流行り始めたようです。この暑さの中マスクを常時つけるのは厳しいため、手洗いや規則正しい生活をして免疫をあげるようにしていくしかありません。

生活の基本である食事睡眠をきちんととって猛暑ともコロナとも上手に付き合っていきたいです。

(前野真由美)

ヒトとマートをつなぐローカルマーケット

7.26 27
FRI SAT
16:00~20:00

Market

#komaemarket

例年好評のナイトマーケットを今年も開催！
地元で活躍する飲食店がイスタマに集結し、
沿線愛する小田急電鉄によるコンテンツも
もちろんありますので、ぜひお楽しみに！！

会場：和泉多摩川ぽかぽか広場
和泉多摩川駅から徒歩約1分

コマネノミライ × 狛江市商工会 × Odakyu

*** 出店のお知らせ ***

**パザパは
26日に出店します！**

**クッキー販売します！
ぜひお越しください**

多機能型事業所パザパでできること

生活介護

定員 14名

対象：原則精神科に通院する方
年齢：18歳～65歳
利用期限：原則ありません
障害支援区分：区分3以上
50歳以上は障害支援区分2以上

通所支援

日中活動の場所
他の人との交流をしたい
体力を維持する

通所を通して、日中活動の安定
や体力・健康の維持向上を主に
目的として過ごします。

趣味創作活動

⇒創作・手工芸、書道などご希
望に応じて行います。

体力・健康の向上

⇒体操プログラム
⇒栄養講座
⇒身体への気づき（整体）

健康支援

⇒看護師による健康の相談や
足浴爪切りなど行います。

健康相談

⇒医師による健康相談を行
います。

自立訓練（生活訓練）

定員 15名

対象：原則精神科に通院する方
年齢：18歳～65歳
利用期限：原則2年間
障害支援区分：必要ありません

通所支援

生活リズムを整える
生活する力を身につける
社会参加する準備をしたい

2年間の期限内で、計画的に目
的を持って通所し、利用者さん
が希望する2年後の生活の実
現を支援します。

個別支援

⇒生活上の気がかりなこと
や日常生活に必要なこと
について面接等行います。
毎月の短期目標を立てて
スモールステップを踏み、
長期目標に向かいます。

生活力をつける練習

⇒食事や生活習慣の見直し
⇒金銭管理や買い物の工夫
⇒問題解決方法
⇒コミュニケーション力UP
⇒体力づくり
⇒生活のメリハリ

訪問支援

引きこもりがちの人
通所する前段階の人
行政手続きなどの同行

自宅で実際困っていることに
ついて訪問で支援します。
来所が難しい人への訪問も可
能です。まずは訪問から始め
て、徐々に通所へつなげてい
くことも考えていきます。
利用者さんが目指す2年後の
目標に向けて支援します。

相談・支援内容

⇒食事について
⇒ゴミ出しについて
⇒片付けや掃除について
⇒生活相談
⇒外出の同行
⇒地域の中で楽しみを探す

共通グループワーク

- ⇒地域貢献活動：地域貢献と体力づくりをかねて狛江市内のゴミ拾いや除草作業をします。
- ⇒音楽・調理プログラム：みんなでリズムを合わせる。楽しみの共有。気分転換を図ります。
- ⇒勉強会：病気の理解からつきあい方、生活のことなどみんなで話し合います。
- ⇒整体：整体を通して自分の現在の身体を知るきっかけにします。
- ⇒各種講座：栄養講座や健康講座、口腔についての健康講座や就労に向けての講座などがあります。
- ⇒体力づくり：散歩や体操、ストレッチ、筋トレなどで体力アップ、体力維持を目指します。

パザパの1週間

	月		火		水		木		金	
	生活介護	生活訓練	生活介護	生活訓練	生活介護	生活訓練	生活介護	生活訓練	生活介護	生活訓練
午前	創作活動 作業	個別支援 作業	創作活動 作業	個別支援 作業	創作活動 作業	個別支援 作業	創作活動 作業	個別支援 作業	創作活動 作業	個別支援 作業
お昼	ワンプレート ランチ		定食ランチ		定食ランチ		定食ランチ		定食ランチ	
午後	共通プログラム		共通プログラム		共通プログラム		共通プログラム		共通プログラム	
共通プログラムは体操、音楽、地域貢献活動、ボランティア活動、講座などを日替わりでおこないます。										

土日祝日はお休みです。月に1度程度、会議のため午後閉所の日があります。変更がある場合があります。栄養バランスを考えた定食ランチの提供があります。

プログラムの詳細な内容はHPをご覧ください。(<https://www.pasapas-online.net/>)

月に2回看護師の健康相談があります。就労希望者に向けた清掃作業やグループワークなども行っています。

作品のご紹介



↑組紐の眼鏡ストラップ



↑組紐ミサンガ



↑アイロンビーズ

プログラムの報告

+ミュージック

コロナ禍でリズムにしていたプログラムをプラスミュージックに戻しました♪みんなそれぞれ好きな楽器に挑戦して楽しい時間に戻ってきました！



講座

4月【生活講座～洗濯編～】

ずっと同じ服を着たりせずに洗濯することや、服だけでなくシーツや枕カバーなども洗うことなどを確認しました。部屋干し用の洗剤の紹介や洗濯機を洗う必要性についても話し合いました。

5月【生活講座～身体・髪の洗い方編～】

4月は服の洗い方でしたが、5月は自分の洗い方。体や髪の毛の洗い方を動画を見ながら確認しました。髪の毛は予洗いが大事で1分（どんぐりころころを3回歌う）お湯で洗ってからシャンプーするといひそうです！

6月【健康講座～熱中症編～】

パザパの看護師さんも入って熱中症対策を確認しました。ひんやりグッズの紹介がありました。甘い飲み物を飲みすぎるとペットボトル症候群になるとのことで水や麦茶を勧められました！アイスの食べ過ぎにも気をつけましょうと言われました。



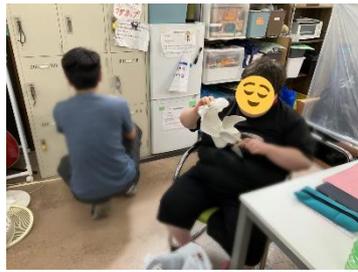
芸術鑑賞会

辻井伸行さんのラ・カンパネラや小澤征爾さんのベートーヴェン運命を聴き、クラシックにどっぷり浸ってみました！

中掃除

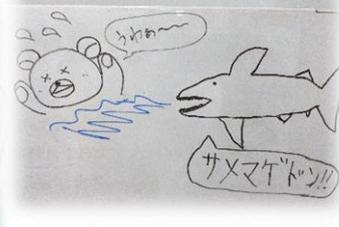
パザパ恒例の普通の掃除でもなく大掃除でもない「ちゅうそうじ」。

普段行わない床みがきやロッカー、壁拭き、扇風機、冷蔵庫、楽器の掃除などを行いました！



パザパのいろいろ

- ◆ ホワイトボードのメンバーさんのイラスト。ちょこっとずつ変わっています♪
- ◆ 去年から調子が悪く、動かなくなってしまったエアコン…。夏に向けて新しいものに交換しました！



ほっこりコメントで癒されますね♪



わーい！新品です！！すずしい！

パザパの利用者数 (2024. 7. 1 現在)

在籍者数

- 生活訓練 18人
- 生活介護 19人

1日あたりの平均利用人数 (2024. 7. 1 時点)

- 生活訓練 9.3人
- 生活介護 8.2人

利用終了 (2024. 4～2024. 6)

- 生活訓練 3名
- 生活介護 2名

終了者移行先

- 就労 1名
- 就労継続支援B型 1名
- 生活介護へ移行 1名
- 在宅サービスのみの利用に移行 2名