

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 年春号

発行日 2024 年 5 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。

新年度が始まり 1 か月がたちました。

今年度障がい福祉サービスでは大きな報酬改定がありました。とくに生活介護は利用者さんの障害支援区分と利用時間によって報酬が変わることになり、精神障がいのかたが多いパザパにとっては理解に戸惑う改定でした。かなり細かい報酬区分になりましたが、パザパはこれまで通り個別支援計画書に基づき相談支援事業所と協力しながら支援していく姿勢を続けていきたいと思えます。パザパでは報酬改定についてメンバーさんへの説明会を開きました。

今年度、狛江市では基幹相談支援センターと地域生活支援拠点等が整備されることになっています。今後も引き続きパザパは地域の中でのパザパの役割をきちんと把握して利用者さんのニーズに沿った支援を継続していきたいと思えます。(前野真由美)

★お知らせ★

2024 年 4 月 1 日付でサービス管理責任者を高宮香菜絵から前野真由美に変更しました。

★お知らせ★

5/21 (火) 11 時~14 時

駅前広場で上手いもの市が開催されます！
ぜひお越しください！



←当事業所ご利用のメンバーさんが個展を開かれました！
観に行ったメンバーさんからの感想を添えてねざらいました。
準備から開催中の付き添いまでおこなっていらっしやいました！
お疲れさまでした！

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

メンバーさんの粘土作品です！



真ん中
ピカチュウの
原案です！



わたしたちはここにいるよプロジェクトさんからのお声掛けで「ミチはここから」展に参加しました。パザパはテーマを【いろんな顔】にしてコラージュ作品を出展しました！！
←パザパの自主製品のマグネットのいろんな表情のウサギを貼ってみました！



4/20 (土)

ふらフェスに参加しました！



4/20 (土) に開催されたふらっとなんぶの「ふらフェス」にカフェで参加しました。クッキーや自主製品の販売をさせていただきました！バタバタ予想でしたが意外にも(!?) 穏やかな時間でゆったり営業しました。

プログラムの報告

歯みがき講習会

狛江市の歯科衛生士さんによる歯みがき講習会を受けました。クイズをしながら楽しく歯みがきについて学ぶことができました！



体操

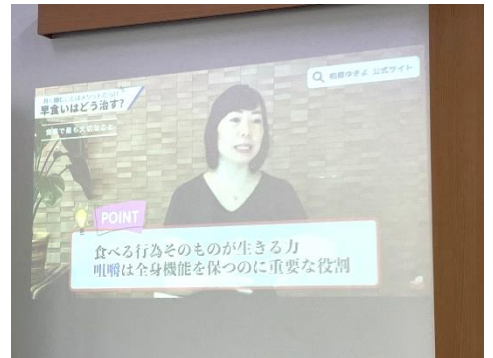
パザパで必ず入っているプログラムの「体操」。クリームを使ったセルフマッサージを行いました。いい香りで自分で腕を優しくマッサージ。セルフケア、大事ですね！
みなさんは、なにか自分にいいことやっていますか？



生活講座～食べ方編～

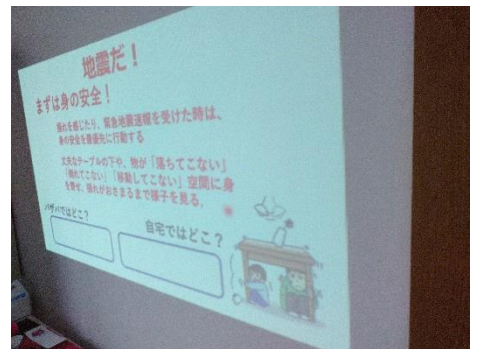
去年から取り入れている月に1回の講座。今回は食べ方編。咀嚼の大切さを勉強しました。咀嚼は体の健康にはもちろん、精神の健康にもつながっているそうです。食べ物を味わうことや唾液の分泌を促して消化しやすくしたり、表情筋や脳の活性化にも役立つそうです。パザパのランチもゆっくりよく噛んで食べるように気をつけるようにしました。

よく噛んで
美味しく食べよう！



避難訓練【地震想定】

年2回の避難訓練。3月に地震を想定した避難訓練を実施しました。ヘルメットの着用練習もおこないました。非常時慌てず行動できるように日頃の備えや訓練を心がけていきたいですね。



パザパの利用者数 (2024. 4. 1 現在)

在籍者数

- 生活訓練 19人
- 生活介護 20人

1日あたりの平均利用人数 (2024. 3. 31 時点)

- 生活訓練 9.1人
- 生活介護 8.3人

利用終了 (2024. 1～2024. 3)

生活訓練 2名

終了者移行先

就労支援事業所 1名
就労継続支援B型 1名