

福島市市民活動サポートセンター



ふくサポの
広報大使
サポわんでーす

ふくサポ通信

2022年早春号
vol.101



にゃんこ隊長です

<https://www.f-ssc.jp>

にゃんこ隊長が行く！

福島・伊達精神障害福祉会 (通称)ひびきの会

施設長の大橋さんは、「支援センターひびきを利用していただいたりしながら、自分の居場所を見つけることは大事なことです。また、プログラムに参加して楽しい時間を過ごしたり、利用者さん同士で話をすることで気持ちが軽くなったりします。」と説明いただきました。

実際にプログラムに参加されている利用者さんに話を伺ってみました。

利用者からは「自分が興味を持ったプログラムに参加できるのがとても良い。外に出るという事は、まずはヒゲを剃るといように身だしなみを整える事でもある。そういったことは引きこもっていくうちに段々とやらなくなっていく。だからこのプログラムに参加して外に出ることが大切なんだ」と仰っていました。



【ひびきの会のみなさん】

法人としては、地域の方々への普及啓発活動である市民学習会やチャリティーコンサート等も開催していますが、コロナ感染拡大により今年度は中止となりました。その他「家族教室」では利用者の家族への支援活動で、病気や障がいへの理解を深める講義とともに茶話会も開いています。

大橋さんは「病気に向き合っている方も苦しいが、家族の悩みも多いんです。当事者を抱えた家族同士の方が話しやすい部分もあります」と。

1日でも早く、精神的な負担を軽くして社会参加したり、地域であたり前の生活を送ってもらえるための支援を心がけながら、家族の思いも大事にしなければならないと考えています。

取材を通して、利用者の心の支えとなっていることが印象に残りました。今も人知れず悩んでいる方がいましたら、ひびきの会へ相談されてみてはいかがでしょうか。



特定非営利活動法人 福島・伊達精神障害福祉会 (通称 ひびきの会) は、精神障がい者とその家族がともに安心して暮らせる地域社会づくりの実現のために活動しています。



さらに利用者がピアサポーターとしても活躍しています。

ピアとは仲間や同じ立場という意味です。ピアサポーターは、同じような精神疾患や症状を体験している人が、障がいのある方を応援し、ともに支え合う活動を行っています。

この活動は、気持ちの共有・共感を支援の基本としています。

「お問い合わせ先」

＜特定非営利活動法人 福島・伊達精神障害福祉会＞
(通称)：NPO法人 ひびきの会

住所：960-8061 福島市五月町1-15YKビル2F

TEL：024-522-6886

大橋 明美さん (施設長・相談支援専門員)



【オンラインでのワークショップを活用してみよう!!】

新型コロナウイルスの影響でリモートでの仕事をするという人が増加した現在、オンラインでの会議をされるケースも少なくありません。

「参加者の意見を調整し進めていくオンライン会議の進んで難しい」と思ったことはないでしょうか？そこで、オンラインでの会議やワークショップをスムーズに進める方法を考えてみましょう。

Google Jamboard



<ホワイトボードを活用>

会議を進めるファシリテータは、ホワイトボードを使って進めるケースがありますが、オンラインにもホワイトボードサービスがあります。

ホワイトボード機能には、ホストのみしか入力できないものもあるので、注意です。

ホワイトボード機能もいくつかの種類がありますが、誰もが書き込み、付箋紙をホワイトボードに貼り付けていけるタイプが意見を調整してまとめやすくお勧めです。

例えば 無料で利用できるweb版ホワイトボード Google Jamboardの紹介します。

(特徴)

①オンライン会議ツール「Google Meet」と連携できます。

②複数人と共有&共同編集ができます。

また、作成したホワイトボードはPDFや画像ファイルに変換して送信することも可能です。

後日、議事録としても活用できますよ!!

③マルチデバイスに対応しています。

Webやモバイルアプリで利用できます。

(PC、タブレット、スマホなど様々な端末に対応していて便利です。)



導入にあたりコストが発生するバージョンもあるため注意です。

小規模会議であれば、クラウドアプリケーションで事足りるのではないかと思います。

(主要機能)

- ・ペン、
- ・消しゴム
- ・付箋
- ・画像貼り付け
- ・レーザーポインター
- ・PDF出力
- ・画像出力
- ・背景設定



【イメージ画像】

<新しいJamboardのつくり方>

①Jamboard のホーム画面、 <https://jamboard.google.com/> にアクセスします。

②右下の「+」マークをクリックすると、新しい Jam が作成されます。また、 Google Chrome をお使いの場合は、 jam.new にアクセスするだけで新しい Jam が生成されます。

他に無料でカラフルで模様のある付箋紙を活用するなど、オンラインミーティングに活用できそうなツールはまだまだあり、効果的に進める可能性も大きいです。

今回はJamboardをご紹介しましたが、また他の機会に便利な活用法をご紹介したいと思います。まだ、活用されたことのない方は、是非チャレンジしてみてください。



電子取引制度の改正について

令和3年度税制改正において、電子帳簿保存法の制度が大幅に変わりました。承認制度が廃止されるなど変更点の多くは、対応要件が緩和されます。しかし、電子取引に関しては、これまで紙保存が認められてたものが認められなくなり、対応要件が厳格化されます。廃止に2年間の経過措置が設けられるとされていますが、NPOのみなさんもこの期間内に対応可能な環境を整える必要があります。

改正の中でも特に影響が大きいものが右の2つ概要となります。



国税庁HP

<https://www.nta.go.jp>

検索

【スキャナー保存制度】

相手から受領した取引関係書類を、一定の要件の下で、紙のままではなくスキャナ等で読み取った電子データの形式で保存することができる制度

【電子取引】

取引情報の授受を電磁的方式により行う取引をいい、いわゆるEDI取引、インターネット等による取引、電子メールなどにより取情報を授受する取引

上記のほか、令和5年10月1日から「適格請求書等保存方式」、話題の消費税に関するインボイス制度が導入されます。詳細はいずれも国税庁のホームページで確認いただけます。

今後もこの制度について随時ご紹介していきます。

☆ふかちゃんのつぶやき番外編☆

～震災から11年目の春に思う～

「その“無駄”がいんじじゃない」

コロナ禍で「悪者」の代名詞となった飲酒とカラオケ、“無駄”な接触会話を極力避けようと店舗営業の自粛が要求された。また、これを機会に通勤の“無駄”やオフィスの“無駄”を取り除こうと自宅でのテレワークが進んだ。“無駄”は、豊かな生活をもたらすための生産性向上の世界では、常に「悪者」だ。私も長い企業生活の中で、この“無駄”と戦ってきた。しかし、私たちがここでもう一度自覚しなくてはならないのは、『人生の豊かさ』は実は“無駄”の中にあるということ。私たちはそれぞれに多くの“無駄”を省きつつ、同時に多くの“無駄”を楽しんでいるという事実だ。

さらに“無駄”の効用は、組織においても実は大切なキーワードだ。たとえば「雑談」は風通しの良い働きやすい職場や、組織の生産性につながっていると言われているし、かつて「タバコ部屋」はアイデアの宝庫とまで言われ、喫わない人まで出入りしていた。また、『無駄話』ができる雑談ができるということは、その人がそれだけの話題を持っている、知識を持っている、人生経験をしていることの証拠であり、登用のキーとなりうるのだ。逆に『無駄話』が許されない傾向が強いオンライン会議が、つまらなくて疲れると感じているのは、私だけではないだろう。



大震災から10年が経ち、「被災地の物理的復興が一段落したが、『心の復興』が完了するまで手を緩める事はない」と政治や行政は口をそろえる。「そもそも『心の復興』の方が大事だ、なぜそっちに金を出さないのか」と言ってきた我々には歯がゆさが残る。『心の復興』は、物理的な豊かさではなく心の豊かさの中にある。それは『心の復興』が実は“無駄”と隣り合わせ、いや、被災者が求める楽しさや人生を豊かにする“無駄”の中にあり、基本的に“無駄”が許されない行政にとっては鬼門だからだ。

そしてさらにことを難しくしているのは、「無駄か無駄でないか」と「楽しいか楽しくないか」のバランスは人それぞれ、皆違うということだ。人はそれぞれが感じた“無駄”を省いて手に入れた“モノ”を、自分の『人生を豊かにする』為のそれぞれの“無駄”に使っているのだ。だから、行政だけでなく私たちは、他人が精一杯楽しんでいる“無駄”を非難するのは御法度だと、心得なければならない。

そもそも人間がより豊かに生命を維持していくことと、人が人らしく豊かに生きる事は次元が違う話だ。食事で酒を飲み、会話を楽しみ、一緒に歌い、裸の付き合いをする、そんな同じ空気の中で過ごす“無駄”が、人生を豊かにする。「映画や音楽」「スポーツや旅行」という“無駄”が、楽しみやその後の人生を豊かに変えることも少なくない。『イチゴ白書』は私の青春と重なり、『Let It Bee』は「そのままでもいいんだよ」と私を勇気づけ、『ヒマラヤ登山』は「幸せとは」を私に問いかけた。そして今、飲酒とカラオケは“無駄”なのかな～？と、林部智史の「あいたい」を11年前の『心の復興』と重ねて歌っている私がここにいる。

～ふくサポ おすすめの逸品～

～Part12～



【R plus workむすびやの外観】

今回は行楽シーズンにおすすめ、ボリュームたっぷりの「おにぎり」をご紹介します。作っているのは、「就労継続支援B型事業所 アールプラスワークむすびや」。

障がいや病気を抱えても、それぞれができることや役割を発揮し認め合い、想いを実現できるための支援をするB型事業所で、おにぎりのファーストフード店として10種類以上のおにぎりと、それに合うおかずなどを作り販売しています。



【五目おにぎりと人気の卵焼き】

定番人気の「鮭」、「ツナマヨ」をはじめ、鶏ひき肉を甘じょっぱくしてにぎってある「にくみそ」は子供にも人気。変りダネの「じゃこオリーブ」や、天かす、青のり、白ごま、麺つゆで和えた「たぬき」など、迷ってしまう種類の多さ。しかも全て税込“100円”という驚きの安さです。袋を開けてびっくりするのはおにぎりの大きさ。厚みのある三角おにぎりはずっしりとしているが、口に入れるとほろりとくずれて、ふんわりとしたお米は福島産コシヒカリでとてもおいしいです。



コロッケ（100円）や鶏ひき肉とおからを使ったヘルシーメニューのチキンボール（150円）、オリジナルのキヤベツのキムチなど、サイドメニューも充実しています。好きなおにぎり2個とおかず、日替わり味噌汁のセット（450円）のランチボックスも大人気です。（注文のご予約は前日の12時迄）個人宅や企業への配達、訪問での販売も可能とのこと。

また、岡部にある2号店では「豆乳プリン」（150円）も好評で、プレーン、みたらし、レモンの3種類の味が楽しめます。（岡部店予約限定商品）

「お問い合わせ先」

就労継続支援B型事業所 アールプラスワーク むすびや

飯野店 住所：福島市飯野町青木字小手神森1-99

TEL：024-573-1196

岡部店 住所：福島市岡部字上条5-7

TEL：024-573-0906

営業時間：【平日】8:00～16:00 / 【土】10:00～14:00

定休日：日曜日、祝日

「食べた人がおいしいと喜ぶおにぎり屋さんで自分が携わっているという誇りと自信をもてるよう、福島で一番おいしいおにぎりを目指していきたい」と、飯野店 管理責任者の野坂さんからお話をいただきました。



編集後記

- ・ 雪かきに少々ウンザリしている脇から赤い山茶花がニッコリ（ふかちゃん）
- ・ 春の香りにくくん、ワクワク！お出かけしたくなりますね。我慢の春かな？（マータン）
- ・ 房総の方では桜の便りがチラホラと、東北の春も間もなくです！（みー）
- ・ 今年はおにぎり食べながら花見をしたいと思います。（ヒロ）
- ・ 東風の季節ですね。鳴き声が響きそうです。（＃）
- ・ 近頃頭の中のBGMが『なごり雪』になっているのは私だけでしょうか（な）
- ・ 寒さがほんの少し和らぎ、猫がやっと布団から顔を出して寝るようになりました。（え）

福島市市民活動サポートセンター「ふくサポ通信」2022年早春号 vol.101

発行日／2022年 2月28日

編集／認定特定非営利活動法人ふくしまNPOネットワークセンター

発行／福島市市民活動サポートセンター 〒960-8041 福島市大町4-15 チェンバおおまち3階

TEL 024-526-4533 FAX 024-526-4560 URL <https://www.f-ssc.jp> MAIL f-ssc@bz01.plala.or.jp