

こころん

第11号

発行者：NPO法人こころん

〒969-0101

福島県西白河郡泉崎村大字泉崎字下根岸9

生活支援センター こころん

TEL：0248-54-1115

FAX：0248-53-3063

E-mail：kokoron@r2.dion.ne.jp

http://www.geocities.jp/kokoron_2005/top/index.html

ご寄付・寄贈をいただいた方

(敬称省略・順不同)

高橋 喜和	高橋 節子	深谷 宏	深谷 久子	小林 由幸	小林百合子
我妻忠一郎	高崎 芳雄	松本カツ子	小針千寿子	庄司 薫	柳沼新聞店
住友ゴム工業(株)	(有)辺見美津男設計室	円谷歯科医院	小林 淑江	堀越美智子	
大木大吉本店	渡辺りんご園	石下 恭子	熊田 芳江		

新しく会員になられた方

正会員

西澤 薫	荒井 勝子	梶塚 賢一	渡辺 厚子
渡辺 義信	小淵 真理	菊地 紀江	(賛助会員からの変更) 辺見美奈子

団体

大高内科胃腸科 有限会社 メイゼックス 大木大吉本店

賛助

佐々木不二夫	田村 満枝	樋口 葉子	久保木恵子	田崎知恵子	鈴木 幸子
佐川ヨシ子	佐藤 茂子				

(正会員からの変更) 久保木恵子	岡野 健	佐川 光子	円谷 和子	高橋 充
佐川 光子	佐藤 君子	金澤 幸子	松本ひろ子	鈴木 紀子
中村 勝男	千崎 京子	村山 通子	蛭田みゆき	鈴木 芳子

お知らせ

活動報告

4月 7日 わたげ福祉会見学
 4月15日 桜ウオーク
 4月21日 ゴミ拾いボランティア
 4月22日 太陽の国桜まつり
 4月25日 県障がい者スポーツ大会
 バレーボール地区予選
 4月29日 権太倉登山
 5月13日 きょうされん総会
 5月17日 田植え体験(料理酒米)
 5月21日 NPO法人こころん総会
 " 秋田敦子氏講演会
 " 第44回福島県障がい者
 スポーツ大会
 (郡山市体育館)
 5月27日 医療相談
 6月 3日 職親連絡会
 6月 8日 白河地区障害者
 就労連絡協議会
 6月16日 清水義晴ワークショップ
 17日 "
 6月22日 医療相談
 6月23日 県立医大看護学生実習
 6月27日 医療相談
 7月 3日 豆植え(村内長峰)
 7月 6日 田の草取り&アジサイ鑑賞
 7月 8日 臨時総会(定款一部変更)
 7月10日 国際医療福祉大学生実習
 7月13日 ココワイナリー見学
 (栃木県足利市)
 7月14日 障がい者就労シンポジウム
 7月19日 獨協大生実習
 7月26日 勿来海水浴(こころん・
 なごみ・ウッドピア
 はなわ3施設合同)
 " 精神保健福祉協会総会
 7月29日 平和の夏祭り(アウシュ
 ビッツ平和博物館)
 8月 2日 太陽の国花火盆踊り大会
 8月 5日 こころんコンサート
 (長谷川ファミリー)
 8月 6日 こぶしの里へ実習

今後の予定

8月20日 県民の日ときめきフェス
 タ(ビッグパレット)
 8月23日 ひきこもり教室
 8月24日 医療相談
 8月30日 家族教室(相澤與一氏)
 9月10日 第3回こころんまつり
 (泉崎中央公民館)
 9月20日 家族教室(渡辺純夫氏)
 10月 1日 直売所オープン
 10月26日 医療相談
 11月18日 こころんアート展
 11月22日 家族教室(広田和子氏)



直売所オープンのための募金を募集しています

10月にオープン予定をしている直売所の資金が不足しています。
 利用者の方が安心して働ける・社会参加できる直売所を目指しています。商品コンセプトは安心・安全・美味しいです。皆様、ご協力をよろしく願い申し上げます。

第3回こころんまつり

日時：9月10日(日)
 10時～15時
 場所：泉崎中央公民館

場所が変わります
 今年はこころんではなく
 泉崎村中央公民館で
 実施します。

バザー用品募集
 8月31日までにこころんに
 持参いただくか、ご連絡を
 お願いいたします。



村内在住の方より自転車
 が寄贈されました。こころんの足
 として活躍しています。
 ありがとうございます。

編集後記

4月からの障害者自立支援法により何かと慌しく18年度がスタートしました。総会終了後に直ぐに広報発行予定でしたが、10月オープンの直売所の係わりで延び延びとなっていました。(業務多忙は言い訳にならないとの声が聞こえそうですが...) 窮すれば救いの神は現れるものです。利用者の中からOさんという強力な助っ人が現れ、何とか今回発行へとこぎつきました。次号は、編集委員3人の協力(強力? 今日良?) 体制でこころんまつり特集号として発行予定いたします。
 (O/S)(三村)

ごあいさつ

NPO法人こころん
 理事長 関元行



直売所予定地

長かった梅雨空に変わって、烏峠の上空にも雲の峰の夏が来ました。会員の皆様方には、御清邁、御事と存じ上げます。

平成18年4月より障害者自立支援法が施行

され、10月からはこの法律に伴い、NPO法人こころんも新体系に移行することになりました。これまで以上に地域の期待に応えながら、いくつかの事業に取り組みなくてはなりません。目下、最も重点が置かれているのは、直売所の開設です。プロジェクトチームの他にも、たくさんのサポーターズの方々の御協力を得て、既に料理酒のための米づくりや手工芸品の試作等、計画とおりの日程を消化しつつ、健康状態が気になりになる忙しさで活躍中です。事業の遂行には、これからは皆様方よりのひとかどならぬ御協力、御支援を仰がなくてはなりません。泉崎村根岸に根ざした「こころんの理念」が更に理解され、活動の輪が、一層広がっていくことを願わずにはいられません。



直売所プロジェクトチーム会議状況

こころんの前の田圃の稲穂がぐんぐん伸びて、米の花が咲きました。こころんが開所してまだ3年ですが、またまたピンチが訪れようとしています。それは「自立支援法」...その新しい法律ですが、分厚い資料が次々と厚生省から発表され、内容を十分に理解する間もなく、10月の移行に向けてただいま準備を進めているところです。

こころんの移行先としては「地域活動支援センター 型」「多機能型」(就労移行支援+就労継続支援B型)に移行する予定です。

また、多機能型の事業として「直売所」の運営を考えています。生活支援センターこころんでは、毎日お昼を作ってみんなで食べることを大切にしています。最近ではストレスによる心の病気になる人が増えてきています。1日3食の食事をきちんと食べるという当たり前の行為をあまり大切にされなくなり、生活習慣病やストレス障害などを抱えた人が多く、「不健康な長寿国日本」などと言われています。

もう一度「食」を見直しましょう。おいしいものを食べたら、「これはどこから買ってきたの?」「どこで取れたの?」「誰が作ったの?」云々、そこからコミュニケーションが生まれ、知識も広がります。上手なコミュニケーションが対人関係のストレスを少なくする大切な要素でもあります。そういうことを根本から考え直すため「こころんの直売所」をはじめます。

生活支援センターこころん 施設長 熊田芳江



P1・ごあいさつ	P2・総会報告 秋田敦子さん講演会
P3・こころんの未来 グループホームあけぼの荘	P4・里山開発プロジェクト 海水浴に行ったよ
P5・みんなの広場(川柳・施設見学)	P6・寄稿(私の体験談) わくわくセンターだより
P7・こころん利用状況 バレーボール 県庁抗議集会	P8・寄附・寄贈紹介 新会員紹介 お知らせ

こころん第5回総会

5月21日、泉崎総合福祉センターにおいて、NPO法人こころん第5回通常総会が出席者(委任状含む)135名にて開催されました。

平成17年度の事業報告・収支決算案、平成18年度事業計画・予算案、定款の一部変更、会費額一部変更、障害者自立支援移行に伴う計画(体制・組織)等について慎重審議され、全提出議案が承認されました。



秋田敦子さん講演会

「心のエネルギーを回復するには」

こころん総会后に、仙台市の地域生活支援センター「ほわっと・わたげ」の施設長、秋田敦子さんの講演会が行われました。タイトルは「心のエネルギーを回復するには」です。その中で、引きこもりの方の心境や接し方についてお話されました。



引きこもってる方は、車でいうガソリンが無くても、外から見てもガソリンが無くても、ガソリンが無いのと同じです。そして、人間にとって心のエネルギーを回復するには、心を動かすこと、大丈夫だと安心させること、本人を開き、皆で遊ぶこと、人と楽しむこと、皆でピクニックに行くこと、スリルを味わうこと、いかに楽しむこと、心を開放すること、引きこもりになると、お話された心のエネルギーを回復するには「わたげ」の活動を話して下さいました。

6人で県境まで100km、テントを持ってリュックを背負って歩いた話です。出発の日に行かないと言った子を皆で待って「君が行かないのなら僕も行かない」「皆、君と行きたいんだ」と説得して、ようやく2時間遅れで雨の中を出発したこと。歩きながらいろんな経験をしたこと。3日間とも雨で、最後の4日目だけが晴れたこと。ファミリーレストランでお昼を食べようとしてシートを汚されては困ると言われ、そこを出てコンビニでおにぎり買って濡れながら食べ、すごく悔しかったから見返してやろうと、「途中で決してあきらめない・止めない」と皆で強く誓い合ったこと。雨の中をテント張って寝て、最後の夜はタクシーの運転手さんに、乗んなさいって言われてたが「歩き続けます」と答えたら、タクシー会社の軒を貸してもらってテントを張って寝たこと。そして、県境を皆で越え何回も飛び上がり、「やったーやったー」と叫んで喜んだこと。施設に戻って来たら6時半だったのに誰も帰らずに全員が待っていて、「おかえりーっ」で拍手と涙で彼らを抱き抱えてくれたこと。それから、どこに行くにでもグループで歩くようになったそうです。北海道を夏2週間かけて自転車で全部回ったり、ニュージーランドへ障がい者の付き添いボランティアに2人が参加し、韓国に5人が招待されたそうです。

秋田さんの講演会を聞いて、私もガソリンが無くて動けなかったんだと思いました。そして、最近では自ら積極的にガソリンを溜める様に心がけています。そのお陰で、私も徐々に動けるようになって来たと思います。秋田さんの講演会を聞くことが出来て本当に良かったと思いました。

(O.S)

支援センターこころん利用状況

◇利用登録者 88名 (男性 58名 女性30名) (8月1日現在)

センター利用者					見学等来訪者				
4月	5月	6月	7月	計	4月	5月	6月	7月	計
334	421	340	303	1,398	126	109	155	173	563
人	人	人	人	人	人	人	人	人	人

相談件数					
区分	電話	面接	訪問	同行・その他	計
4月	9 2	4 1	2 3	1 6	1 7 2
5月	9 4	8 9	8	1 2	2 0 3
6月	1 2 7	6 4	9	1 2	2 1 2
7月	1 4 1	5 6	1 0	4	2 1 1
計	4 5 4	2 5 0	5 0	4 4	7 9 8

こころんファイターズ県大会4位



4月25日に精神障がい者バレーボール地区大会がありました。その大会に「こころんファイターズ」が出場しました。

各ブロック1位のチームと2位になったチームの中で戦い、1位になれば県大会に進む事が出来る。「こころんファイターズ」は1回戦を「るるん」に勝利した。2回戦は「ペンギンウォーカー」に敗れ、1勝1敗となり敗者復活戦で勝ち、県大会に勝ち進むことができました。

5月23日、帝京安積高校の体育館で県の決勝大会が行われた。地区大会で残った8チームが、トーナメントで戦った。こころんファイターズの1回戦は「大地」と戦い1セット目25 - 17、2セット目は25 - 10で負けてしまいました。それから3位決定戦で、「じゅんちゃんS」に戦い、負けてしまい4位になったが、こころんファイターズは創部2年、県大会4位は凄いなと思う。みんな楽しめてバレーボールが出来た。次回の大会では3位になれると思いました。

(H.S)

試合を終えて

試合終了のホイッスルがなった。僕は、くやしさを一杯だった。泣きそうだった。今まで一生懸命やってきたのに、試合の結果に満足できなかったのだ。しかし、監督に「皆で今まで一生懸命やってきたんだから、最後は全員で戦おう」と言われ、自分の気持ちも整理がついた。今考えると、監督の判断は正しかったし、僕も今大会で学んだことがたくさんあり、また次の大会に向けて全員でレベルアップを目指して頑張ろうと思った。

(我妻将憲)

県庁抗議集会

6月20日福島県庁に障がい者自立支援法に伴う作業所への予算削減や医療費負担が増えた事等に対する抗議集会に参加しました。

集会は県内の様々な障がいを持った方とその人達を支えるスタッフの方達で300人位の人が集まりました。

県庁前の広場で代表者数名による抗議演説があり、次にほとんどの人で公明党の議員の部屋に行ってお話をしました。その部屋に私も入って話を聞きましたが、そこで郡山の作業所が3ヶ所もつぶれた事を知りました。その位この法律はおかしな所があると思います。障がい者を自立させる為の法律が、反対に居場所まで奪っているなんて…。本当に悔しい思いをした抗議集会でした。

(O/S)



「ワークショップで得たもの」

6月16日～17日、こころんで清水義晴さんのワークショップが行われました。

皆で握手をして「ニコニコ体操」、「ついでね体操」、「カラーセラピー」、「ファシリテーショングラフィック」等を行いました。様々なゲームや遊びを通じて、人との出会いの大切さ、人との出会いのありがたさを改めて実感することが出来ました。自分にとって素晴らしい経験になりました。

た。次回は皆さんも参加してみてください。きっと素晴らしい人との出会いが待っているはずです。

(R/W)



私の体験談(こころんに来てから)

こころんを訪れ始めた去年の11月頃は、まわりに対する恐怖感みたいのがあってこころんに行くことに抵抗している私が居ました。病気になった私をまわりはどう受け入れてくれるだろうかという不安がありました。不安だったけど、こころんの温かい雰囲気には驚きました。まわりの人とどう接したらいいかわからなかったのですが、そんな私を利用者やスタッフが温かく自然に迎えてくれたので、安心して嬉しく感じました。みんな育った環境は違っても、同じ精神障がい者だけど、心の優しい人たちがばかりで溶け込むことが出来ました。「精神」に関して同じ悩みを抱えても、みんな一生懸命に必死に生きようとしているところや頑張りが伝わってきます。



私はこころんに来るようになって、利用者みんなを見て「頑張ってるいいこともあるかな」という気持ちになりました。こころんではいつもいろいろな取り組みをしていますが、中でも、一人一人が自分の時間を持ちみんなの前で自分のことを話せるメンバーミーティングというものがあります。最近思っているのが、私は不器用なので、これから例えば社会など人が沢山いる環境の場を利用し、もっと人と接する機会を持ち、人と話すことにもっと自信が持てたらなということです。自分自身のことを知ってもらってとても難しいんです。だからいろいろな機会に積極的に参加していきたいと思っています。



こころんでは、障害者自立支援法により私たち利用者が自立していけるよう環境作りや援助(応援)を前向きに考えられています。利用者みんなも、いろいろな考えを持っていると思うけど、もっとお互いに助け合ったり、協力できるようにすれば、大きな喜びや感動、達成感につながると思います。

私がこころんに来て、ほかに嬉しかったことは、信頼できる友達と出会えたことです。「人は人と支えあって生きている、人に相談することも大切」ということをその友達を通じ学んでいます。そして何より、その友達から「困ったことがあったら何でも相談して」ということを言ってもらえていることが、大きな自分自身の励みになっていることです。本当に嬉しかった。だからそういう友達や周囲に感謝の気持ちで一杯です。私は、周囲から助けてもらっている分、私のほうからも周囲に何かできることをしてあげたいと思います。そういう助け合いや信頼関係を大切に、これからもこころんで友達を作りながら支えあっていきたいと思っています。

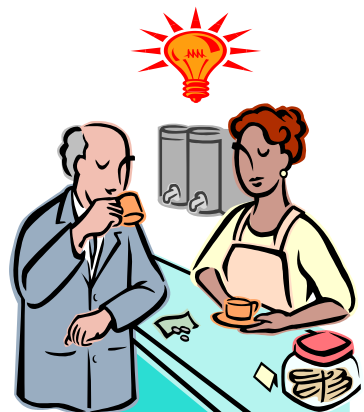
(Y . S)

わくわくセンターだより

直売所とカフェがオープンします

こころんでは、地域の皆さんと協力して障がいのある方の自立を支援する、直売所とカフェを同じ建物で、オープン予定です。コンセプトは「食の安全、安心、新鮮、おいしい」です。設置場所は、泉崎村川畑で、面積は920㎡です。運営方法は、障がい者自立支援法に基づく、障がい者就労支援事業、障がい者就労移行事業に位置づけられます。利用者の定員は約30名、支援スタッフは5~10名とします。売上の利益は利用者への賃金と一部は運営資金となります。販売方法は生産者持ち込みによる委託販売で商品管理は生産者とします。生産者からは手数料として15%を頂きます。現在、契約して頂ける生産者の方を募集しております。それと併せて直売所とカフェの名前も募集しておりますので、気軽にこころんまで連絡して下さい。こころんの直売所とカフェを宜しくお願い致します。

(O . S .)



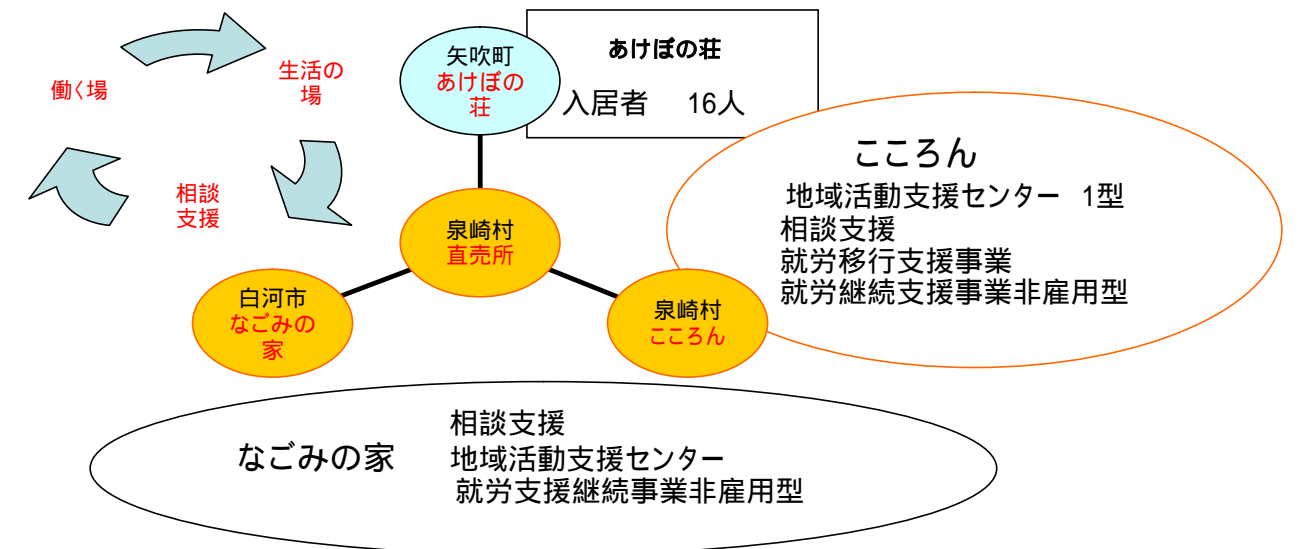
直売所のオープンに向け、こころんでは今カフェで提供する商品開発に懸命に取り組んでいます。

これまでに、おやき・しんごろう焼き・クッキー・ケーキ・ジャムなどを試作し、お昼時間や直売所プロジェクト会議などで試食しております。「安心・安全・美味しい」というコンセプトを守りながら営業していきます。

皆様方の中で、こころんで「こんなものを販売してみたら?こんなものをこんな方法で作ってみたい?」というような、直売所商品についてのアイデア・ヒントをお持ちの方がおられましたら、こころんまでお知らせ下さい。

連絡先 0248-54-1115 富永

こころんの未来 違う地域で一体的な事業を行う 多機能型



/ COCOプロジェクト(こころんの直売所計画)

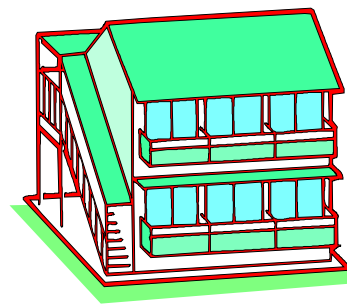
こころんでは、自立支援法の移行に伴い、農業を中心とした地域の特産物を販売する直売所を始めます。

どんなことをするの?

- 直売所 農産物を中心とした地域の特産物の開発と販売
- カフェ 誰もが気軽に立ち寄れるお茶の間のカフェ
(直売所の食材を活かした地域の伝統的な料理と飲み物がメイン)
- 交流事業イベント 子供や高齢者、障害者、芸術家等の作品の展示
- 季節の料理教室 地元の野菜を利用した料理教室もあります
- 就労センターとして 全ての作業や事業は障害を持つ方たちの手によって運営されます

10月7日オープン

グループホーム あけぼの荘



矢吹病院家族会の運営されていたグループホーム「あけぼの荘」は、今年4月よりこころんの運営となりました。場所は矢吹町曙町にあります。

現在入居者15名が共同生活を送っています。

あけぼの荘では、病院を退院した利用者が地域で安心して生活を送ることが出来るよう食事の提供、相談その他の日常生活の援助を行っています。

利用者さんお一人おひとりの自立への支援と安心した生活が送れるよう、世話人・スタッフが工夫を凝らしサービスの質の向上を目指しています。

(富永)

里山開発プロジェクト

「里山でみんなで田植え」

5月17日(木)里山の休耕田を活用し料理酒用の酒米づくりに我々ころんは(有)白河園芸総合センターと(合)大木大吉本店と協力して酒米「八バタキ」の田植えを行った。地域の方も加わり、総勢70名が参加者で大変賑やかな中で始まった。苗を丁寧に植える人、私の様に適当に植える人、様々で...というわけで壮大なるプロジェクトがスタートした。



「田の草取り体験」



7月6日(木)の田の草取りには、前回同様約70名が参加、水の張った同じ田んぼでの作業、こんな体験普通は味わえない。「田車」を使っての作業。腰を入れて田車の先端をやや斜め上に向けて前進、これが中々上手く進まない。悪戦苦闘の末、無事1往復を終える。清々しい笑顔だった。お昼は通称“大信の花見山”にて満開の紫陽花の中でボランティアさん手づくりのとん汁、おむすび、おしんこに舌鼓を打った。嗚呼至福のとき...

次回、第3段は9月26日(火)に稲刈りをおこないます。2月の料理酒完成祝いまで、都合3回のイベントを開催予定。皆さんも参加して下さい。

(B Y 玄太)



みんなで海水浴に行ったよ!

勿来海岸・海水浴

7月26日に、何十年ぶりで海に行きました。勿来海岸は初めてでしたが、やっぱり海は広くて素晴らしいです。海に着くと早く泳ぎたくて、砂浜を走って海へ飛び込んで泳ぎました。しばらく泳ぎ、次に海賊になって一緒にいった女性達をねらいつけ、水をかけに4~5人で行きました。海で泳いでいる女性達をことごとくやっつけました。来年も女性達をやっつけます。楽しかったです。

あとスイカ割りを行いました。僕は外しましたが、来年は割りたいと思いました。ありがとうございました。

(M . K .)



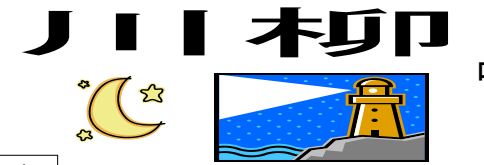
夏の海辺で大勢でスイカ割り。以前は普通に見られる海辺の風景でしたが、今では珍しくなっちゃったのでしょうか?

皆がスイカ割り歓声を上げている最中、都会から来た子供達が生まれて初めて見る光景に目を輝かせ見入っている姿がとても印象的でした。

(K)



みんなのひろほ



中村和平



わたげの会(仙台市)見学

4月10日仙台のわたげ福祉会へ見学に行ってきました。わたげは家に閉じこもっている方や不登校の方の社会復帰支援施設です。代表の秋田さんのお話を聞きました。最初は数人の利用者だけで、普通の家を借りて活動していたそうです。その時代に今の活動の基礎ができて、今ではネットワークの輪が広がり大規模な施設になっているそうです。家に閉じこもっていた人や不登校になってしまった人には、普通に活動するだけのエネルギーが無くなってしまっています。そのエネルギーを回復するには、サッカーなどのスポーツをするのが良いそうで、サッカー部は施設設立当時の伝統だという話です。元気になった利用者には数々の仕事が用意されていて、自分に合った仕事を選ぶことが出来るそうです。僕からすると仕事を選ぶことが出来るというのは恵まれていると思います。わたげの会の支援はすごく充実していて、ころんもいずれこうなったら素晴らしいと思いました。施設の中はとても落ち着いていて、過ごしやすい雰囲気でした。施設にいた利用者の方も、私達が帰る時に感じの良い挨拶をして下さって、とても良い気持ちで帰れました。

(渡邊純一)

CoCoファームで感じた就労の場と利用者たち

去る7月13日、利用者、ころんスタッフ、ボランティアの皆さんで栃木県足利市のCOCOファームの見学会に行ってきました。我々も個々に学ぶべき点が多い見学会でした。

特に、ぶどう作りに汗を流す知的障がいの方達に感動しました。それから園芸の話、ファームの立ち上げの意味「知的障がいの方達の為の場所、働く場を提供するぶどう園、販売所、レストラン等々」。今後のころんと直売所の在り方などに参考になりました。皆さん、無理ないよう、一生懸命就労し、働く意味の喜びを感じましょう。

(佐藤栄一)

