

こころん通信

第14号

平成19年12月1日発行

発行者: NPO法人こころん(生活支援センター 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

TEL: 0248-54-1115 FAX: 0248-53-3063

MAIL: kokoron@r2.dion.ne.jp

ホームページ: <http://www.cocoron.or.jp>

第4回 こころんまつり開催!

9月9日(日)「第4回こころんまつり」を開催しました。今回は泉崎中央公民館と直売カフェこころやの2箇所でイベントを実施。当日は天候にも恵まれ、500名を超える来場者をお迎えしました。

今回のテーマは「応援しよう! 自立の道」。会場のあちこちで、こころんのメンバーがいきいきと働く姿が見られました。



ステージコーナーのオープニングは、こころんところやメンバーで結成したバンド「THE CORORONS」結成まだ3ヶ月ですが、たくさんの方に支えられ、初ステージを迎えました。



ステージコーナー
コールいずみ
白河和太鼓クラブ(和太鼓)
四季彩 舞(よさこい)
峠節保存会(念仏踊り)

本当はお酒に強い? 弱い?
アルコールパッチテストは大好評



アトラクション
健康コーナー
カラーセラピー
お茶会
キッズコーナー



参加して下さった皆さん、ボランティアをして下さった皆さん、こころんまつりに携わって頂いた全ての皆様、本当にありがとうございました。お疲れ様でした。



美味しいものばかりで行列が! 全店完売御礼です

模擬店コーナー
泉崎名人会(手打ちそば)
日本赤十字奉仕団泉崎支部(栗おこわ)
ととろ班(豚汁)
なごみの家共同作業所(たこ焼き)
ウッドピアはなわ(カキ氷)
生活支援センターこころん(ジュース)

P1... 第4回こころんまつり開催報告

P2... こころや1周年感謝祭

P3... 里山再生プロジェクト

P4... みんなのひろば

P5... 家族教室・職場見学報告・就労セミナー

P6... こころん就業支援センター開設

P7... 第6回定期総会開催

P8... お知らせ

こころや 1周年感謝祭

10月14日、「直売・カフェ こころや 1周年記念感謝祭」が、勇壮な久川城太鼓で幕が開け、盛大に行われました。

(なんとこのメンバーにはこころやの店長が…)

沢山のお客様にご来店頂きまして、本当にありがとうございました。

皆様に支えられて無事、1周年を迎える事が出来ました。

これからも、皆様のご期待に応えられますよう、自分達のペースで頑張っ参りますので、今後とも「直売・カフェ こころや」を宜しくお願い申し上げます！



久川城太鼓
南会津町(旧伊南村)より、応援に駆けつけてくれました。



アトラクション
バルーンアート
もちつき



模擬店
なごみの家(たこやき)
引地理佳さん(コーヒー、カフェオレ)
日本果実加工(ジュース、ジャム)
こころん(豚汁、ジュース)
菊池さん(そば)



開店以来?の長行列
レジをお待たせて、
すみませんでした。



元気にみんな頑張っているよ「こころや」

いつも「こころや」を陰に陽に支えて下さりありがとうございます。お陰さまで少しずつですが、売上やお店に納品して下さる生産者の登録数も増えています。生産者さんのご協力で季節の野菜・果物がタイムリーに安定的に店頭にならぶようになりました。季節ごとに地域の安全・安心なものをご用意していきますので、どうぞご利用下さい。

さて、現在「こころや」で訓練中のスタッフも、様々な個々の問題を少しずつ乗り越えながら10ヶ月が経ちました。個々の問題は簡単には解決には至りませんが、みんな根気強く向き合いながら就労訓練に臨んでいます。自信をつけたり、失ったり、充実感に満たされたり、不安に襲われたり毎日の毎日です。その上で、「こころや」全体の課題を解決すべく、そして更なる目標に向けて研究し努力していこうと毎週の話合いもスタートしました。少しずつですが、一歩ずつ「こころや」のより良い姿を模索していきたいと考えております。これからも、どうぞよろしくお願ひいたします。(田崎)

お問合せ先

〒969-0101 福島県西白河郡泉崎村川畑 37 URL <http://www.cocoron.or.jp/cocoroya/>

直売 カフェ こころや Tel&Fax 0248-53-5568

E-mail cocoroya@cocoron.or.jp

里山再生プロジェクト



〈田植え〉 2007年5月27日(日)

やっとこの日がきた。昨年度は4回に分けて開催されたこのプロジェクト、2年目の第一弾「田植え」、予定とおり？思いっきり楽しんでしまった我輩であった。

総勢100名の参加者の中で「田植えスタート！」司会者の清涼感のある美声が会場に響き渡った。

一人ひとりの手つきを観ていると、昨年に比べて手際良く、きれいに好適米の苗を植えているように我輩の眼には映ったのだった。勿論、我輩だって綺麗に上品に植えられたことは言うまでも無い(ウフフ...)。

そんなこんなで2年目の壮大なプロジェクトが順風満帆にスタートした。



〈田の草取り〉 2007年7月8日(日)

白河市大信地区は朝7時小雨、我輩の表情は曇ってしまったが、現地に着くと雨が上がり段々と晴れてきた。

今回は単に田の草取りの作業を行うのではなく、発砲スチロールで作った繭大のものに印の付けて田んぼのあちこちに蒔き、それを拾った方には大木大吉本店のお酒、白河園芸総合センターの紫陽花、こころやのトマト・さくらんぼを限定50名がゲット(^U^A)できるといったお楽しみプレゼント付きであった。結果、我輩は何もゲットできなかったけど、参加者一人ひとりの笑顔を見ることができたのでそれで良かった。

昭和20年代に製造された田車を使っての作業...。これがなかなか上手く進むことができないんだなあ...。現在は、農業機械や薬品の進歩によって昔ほど田作業において苦労は少ないと思うが...。今回の作業を通じて「ご飯を1粒でも残すことなく、きれいに食べなければいけない」と改めてそう強く感じた。



お昼は昨年同様、大信の花見山で綺麗に咲いている紫陽花を觀賞しながら、料理班の心のこもった手作りの豚汁、おむすび、お稲荷さんに舌鼓を打った。このプロジェクトの参加人数は、確実に昨年度より増えている。いわゆる“マンネリズム”を打破すべく、スタッフの工夫・努力を感じる。「継続は力なり」、我輩の座右の銘である。この事業を地域で協力し、そして支えて5年・10年・15年...と継続して実施していきたいと感じた我輩であった。

〈稲刈り〉 2007年9月30日(日)

里山再生プロジェクトの締めくくりなので、気合は十分の我輩。会場に到着するや、段々と天気が悪くなってきた。嗚々、我輩のせいかな...何を隠そう、この我輩、雨男なのだ。しかし作業中は何とか天気は持ってくれた。今回も昨年同様、刈り取った稲をそのまますぐに機械にかけるのではなく、一旦、はぜがけによる天日干しを行った。

我輩の祖父・祖母はこのようにして農作業を行っていたのだ。日本の文化・伝統をもっと大切にしなければいけません。なんて事を考えていたら、進行役の「作業終了。」のアナウンスが場内に響きわたった。しかし我輩は手を止めなかった。稲の束を掴み、鎌で切り、2つの束を5~6本のわらで結び、はぜがけにする...何というか、この作業の興味深さが我輩の脳裏を支配し、時間を忘れさせていた。

一生懸命、作業に没頭してしまったので我輩のお腹が美味の食べものを要求していたのは言うまでもない。ボランティアさん手づくりのとん汁、あんこもち、納豆もち。グルメレポーター彦磨呂風に表現するならば、「里山料理の宝石箱や」もちろん味はベリーグッド。また、鏡石町の愛好会チームいるヨサコイの舞は躍動感溢れるステージで踊り手一人ひとりの気迫が我輩の心に伝わってきた。

てなわけで2007年度3回目のイベントが滞りなく終わることが出来た。次回のイベントは来年2月15日・ホテルサンルート白河にて料理酒完成祝い。飲んで食べるぞ。皆さんも参加してね。(By 玄太)

みんなのひろば

バレーボール県大会出場！

5月20日、いわき市で障がい者バレーボール県大会がありました。予選ブロック優勝の勢いで臨んだ本大会であります。惜しくも昨年同様第4位という結果でした。

心地良い汗をかきながら皆で勝ち取った第4位です。来年こそはと全員で優勝を硬く誓い合いました。（入賞メダルが欲しいよう～ ^～^）



美術展 見学



5月15日に郡山美術館で「ピカソとモディリアーニとその時代の画家」の作品を見てきました。私は郡山美術館に初めて行きましたがとても緑が多く、きれいな建物で時間がゆっくり流れているように感じました。そんな中でめったに観ることのできないたくさんの作品を観ることができました。絵はあまり詳しくないのですが1つ1つ時間をかけてゆっくり観ていきました。近くから観ると遠くから観るのでは違った感じに観える絵もあり不思議に思ったり、色彩のきれいな絵に目を奪われたりしました。また絵の1つ1つに画家たちの心が映し出されているように感じました。絵を観ることで楽しく充実した時間を過ごすことができました。機会があればまた観にいきたいです。（S・F）

家族からのメッセージ

道案内と共に歩む

迷ったら原点に返れ！とよく聞く言葉ですが、私たち親子も障がいを知ってから10年、たくさんの方々の応援をいただきながら、息子も今年で20歳になります。時々障がいと向き合うこと全てが嫌になる時、小さい頃の息子の写真を見ます。出産するまで指折り数えて待っていたことや産声を聞いた時の感動は今なお忘れません。今も障がいとの格闘の毎日ですが、一つ一つ話し合いながら共に成長していける喜びを子供から教えてもらっています。

そんな人生の旅の途中で「こころん」との出会いがありました。私たち家族にとって「こころん」は、迷ったら共に悩み共に歩んでくれる大切なもので心から感謝しています。スタッフさん・メンバーさんの交流が、私の生活の一部となっています。これを機会に、たくさん応援していただいたことを基に、これからの人達の道案内になれる様に努力していきます。

出会いは人の人生を変えるといいますが、たくさんのお出合いを楽しみにしていきます。（キョンキョン）

利用者からのメッセージ

18歳で入院して22歳の年に退院。すぐに働いて車の免許をとりました。Y町にイストアというのがありました。K市のUの子会社なのかな？そこでレジが4台くらいあってそのチーフでした。

景気のいい時ほど何処でも長く勤まりましたが、景気が悪くなるにしたがってあちこち転々するようになりました。そこで会社では勤まらないかなぁと思い、当時デイクアに通っていたY病院の売店の仕事をするようになりました。売店に勤め始めた頃、仕事仲間は皆病気を抱えた方ばかりでした。途中から仲間が辞めていくようになり、徐々に違和感を感じずようになってしまい、結果的に土日だけの勤務になってしまいました。

そんな状況の中、新しい道を模索して「こころや」に来るようになりました。やっと本来の自分らしさの中で自然に振舞っています。そして思ったことは、病気をしてしまった時は、同じ病気を抱えている仲間が一番合うんだぁということでした。

これからは、同じ思いをしてきた人達と一緒に生きていきたいと思います。（泉・紫）

家族教室終わる

当事者からのメッセージに感動

統合失調症など精神疾患を持つ方のご家族を対象に、8月から4回シリーズで開催した今年度の家族教室は、11月21日で終了しました。

毎回20人程度の参加があり、病気や薬の理解、本人への対応の仕方や法律の知識、利用できる社会資源の情報などの勉強会を行いました。特に今回は、弁護士による障害者を守る法律や権利、問題解決の仕方など、私たちに直接必要な法律の知識は大変参考になりました。

また、こころん利用者による「当事者からのメッセージ～家族に伝えたいこと」では、辛い経験を乗り越えて、現在スーパーで働いている方や、こころやで就労訓練中の方、グループホームで生活している方の話を直接聞いて、感動して涙が止まらなかった方もありました。(熊田)



職場見学

去る6月12日に職場見学がありました。泉崎村にある「小松精密」と白河市大信にある「村上」さんの2社を見学しました。僕は職場見学で、実際職場で働く仲間に直接聞いてみようと考えました。

「小松精密」での質問では、そこで働く一人が「お金を稼ぐため働かなければならない。初め就職するには大変勇気がいりました。」と話してくれました。続いて彼らを雇う社長さんに尋ねてみました。「障がい者であろうとなかろうと、やってみなければ何事も始まらない。」という力強い言葉をいただきました。

次に「村上」を見学し、そこで働くグループホームあけぼの荘のYさんに聞いてみました。「気持ちの切り替えが必要。今日からこれで暮らしていくんだという強い気持ちがない。」と言われました。社長さんも「断裁は皆真剣ですよ。間違えると弁償ですからね。」と働くことの厳しさが伝わってきました。それから障がい者が働くことについて、「自主・自立・自分なりの働き方を」とアドバイスを受けました。

以上2社とも働くことについて、それぞれの社長がある程度気配りをし、障がい者でも会社や同僚に溶け込めるような配慮がされています。障がい者もそのような体制に甘えることなく、真剣に働いていました。

実際働いている二人の方に質問し、就労移行支援で「こころや」で働いている自分の将来を深く考えさせられました。(佐藤栄一)



6月19日こころんにて、ハローワーク白河より有馬正博氏をお招きし、就労セミナーを実施しました。職安の利用、求職方法、県南地区の就業状況等、就労していくための沢山の情報・知識を教えてくださいました。

ご講義いただきました有馬さん、お忙しい中本当にありがとうございました。

私の仕事人生

あけぼの荘 矢内勇次郎

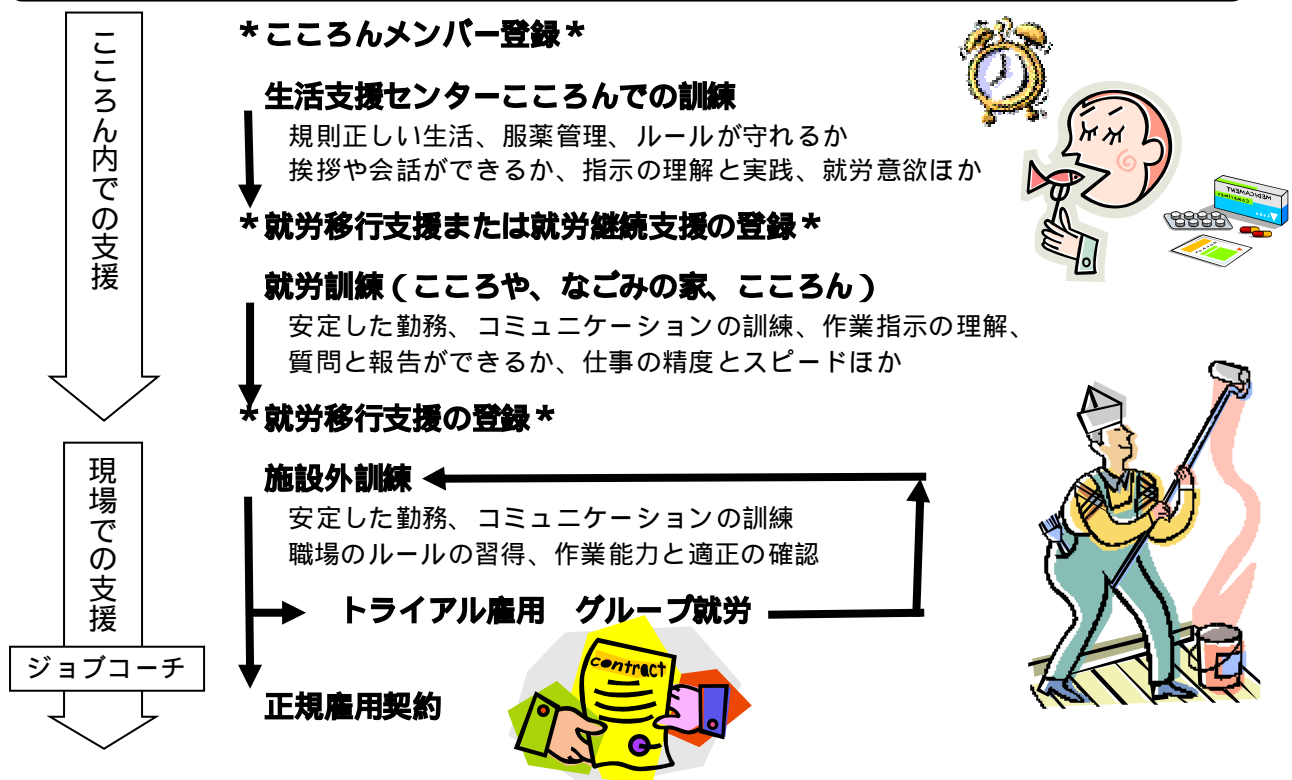
- 1 私が仕事に就くまで
私は病気になってしまったことで、私が私の病気を理解するまで、様々な失敗を繰り返しました。
- 2 服薬の必要性
これまでの経過の中で一番大事なことは服薬の重要性です。こんな簡単なことに気がつくまで、たくさん時間がかかりました。
- 3 心構えとして
仕事を続けるためには、自分の病気に対する認識と理解、病気との上手な付き合い方が大切。
- 4 お願い
仲間たちの様々な生き方を理解してください。

障害者自立支援法の施行にともない、NPO法人こころんでは平成18年10月より、就労移行支援および就労継続支援B型の事業を開始し、利用者はこころんやこころやで就労訓練を実施しています。

今後、利用者の一般就労をより積極的に支援するため、法人内に「こころん就業支援センター」を開設しました。一般就労までの流れを5段階に分けて考え、それぞれの段階での課題をクリアして、ステップアップしていく仕組みになっており、段階に応じた支援を提供します。

既に施設外実習のご協力くださる事業所様にも恵まれ、12月から新たな訓練が始まります。ぜひ積極的にご利用下さい。

こころん就業支援センター 支援の流れ



「こころや」での就労を通して（中間報告・その二）

就労訓練も、早くも12ヶ月を向かえました。現在では責任ある仕事量も増え、ある程度のストレスとプレッシャーを感じながら、就労をしています。前の晩から翌日の仕事のことを考えてしまい、風呂にも入らずふて寝の時も。もちろんスタッフには清潔に、と言われますが…。なるべく今するべき事に集中するべきですね。家に帰ったら仕事のことは忘れ、リラックスしようと心掛けています。でも、このストレスやプレッシャーは一般就労していた時から感じていたことなので、「こころや」での就労訓練も役に立っていると考えます。

今現在、自分の課題は「自分のことだけを考えて仕事をする事」です。僕はつい周り人を意識してしまい、出来ないことを卑下したり、他人の仕事に対する姿勢や意識について意見してしまったり…。良くないですね。他人と比べると、自分は一般就労支援を目指しています。まずは近い将来を見据えて、自分の為に就労訓練をしようと考えています。また、自分は精神的に弱い人間です。一般就労についても迷うことがしばしばです。易き方向に流されず、というのも課題の一つです。がんばります。（佐藤）

第 6 回定期総会開催

5月19日(土)に、NPO法人こころん第6回定期総会がホテルサンルート白河で開催されました。

総会は、本人41・委任状81の計122の出席により、平成18年度事業及び決算報告、平成19年度事業計画及び予算、役員改選等について慎重審議され全議案が承認されました。

障害者自立支援法施行2年目となる今年度、就労の場(こころや・なごみの家)と生活の場(あけぼの荘)の機能充実が重点的取り組みとして、また退院促進事業にも深く関連するグループホームの新設置も急務の事項としてあげられました。

今年度の重点目標は以下の通りです。利用者視点にて積極的に事業展開をしてまいります。皆様方より温かいご支援とご協力をよろしくお願いいたします。

こころん役職員一同

今年度の重点目標

就労訓練している方の工賃の時間単価アップ

就労移行・就労継続支援事業での工賃時間単価(現在300円)をアップする。

一般就労へ向けての総合的支援

一般就労への移行を目標人数4人とする。

就労移行支援定員増

現就労移行支援定員を6人から10名に増員し、一般就労に向けての支援を充実していく。

就労継続支援

現定員20名(こころや・なごみの家)を登録数増により、定員枠のフル利用を目指す。

地域活動センター・相談支援事業の充実

地域生活移行(退院促進)事業の促進

NPO法人こころん
公開講座開催

どうしたら障害者が 働き続けられることができるのだろう

総会に続きこころん公開講座として、宮城県(株)大場製作所の代表取締役社長、大場俊孝氏にご講演頂きました。

「精神障がい者が仕事を続けていくためには、仕事が出来ればOKではなく、生活全般の指導が必要。本人の症状は見た目では分かりづらい。」「弊社では、月に1回相談会を設けて、抱え込みやすい悩みの解消をしている。」など同社の具体的な支援についてご紹介下さいました。

同社では、短時間勤務の職場適応訓練から開始し、徐々に勤務時間を延ばしながら、トライアル雇用・正規雇用に進んでいくステップアップの仕組みがあり、実践されています。社長の「精神障がい者でも8時間労働ができる」という言葉と、講演中で紹介された従業員の方々のいきいきと働く姿に、こころんで就労支援の仕方について、見直す貴重なきっかけとなりました。



ご寄付・寄贈をいただいた方 (敬称省略・順不同)

安斉盛敏 オフィス和蔵(片山雄介) 斉藤雄一 近藤佳夫 斉藤利幸
 岡野 建 匿名 I 匿名 瀬戸臣平 鈴木泰子

新しく会員になられた方 (敬称省略・順不同)

《正会員》 影山和博 高澤宣彦 横山 昇 渡辺美喜子
 《賛助会員》 佐藤弘子 小川秀行 伊藤利行 鈴木啓二 五十嵐久男
 山田正人 櫻村育代 菊地千代 角田誠子 佐久間優子
 関根洋子 渡辺孝子 横地恵子 安生朝子 宗像 修
 緑川 東 菊地慶子 芝原隆夫 須藤博之



ありがとうございます



こころんの活動資金を募集しています。皆さまのご協力をよろしくお願いいたします。

お 知 ら せ

📱 活動報告 📱

- 3月3・4日 こころやいちごまつり
- 3月17日 研修旅行(ハートピアきつれ川)
- 4月14・15日 こころやさくらまつり
- 4月19日 花見(石川町今出川河畔)
- 4月27日 ふくしま精神障がい者バレーボール大会
- 4月27日 医療相談
- 5月15日 ピカソと絵・イラスト展見学
- 5月19日 第6回こころん総会
大場俊孝さん講演 交流会
- 5月20日 バレーボール県大会
- 5月27日 田植え(里山再生プロジェクト)
- 6月26日 吾妻山ハイキング
- 7月8日 草取り(里山再生プロジェクト)
- 7月23・24日 施設交流旅行(尾瀬)
- 8月4日 こころん音楽の夕べ
- 8月11・12日 こころん花市・桃まつり
- 8月29日 家族教室
- 9月9日 第4回こころんまつり
- 9月19日 家族教室(統合失調症の治療)
- 9月30日 稲刈り(里山再生プロジェクト)
- 10月14日 こころん1周年記念祭
- 10月16日 裏磐梯ハイキング
- 10月17日 家族教室(法律の知識)
- 11月17・18日 こころんアート展
- 11月21日 家族教室(当事者から)
- 11月27日 そば打ち大会

📱 今後の予定 📱

- 12月6日 絵画教室 カラーセラピー
- 12月9日 ふれあいまつり(マイタウン白河)
- 12月11日 施設見学研修
ワークセンター麦(須賀川)
福祉ホームパインフォレスト(須賀川)
グループホームあけぼの荘(矢吹町)
- 12月13日 書道教室
- 12月18日 クリスマス交流会
- 12月20日 絵画教室 カラーセラピー
- 1月 ミステリージャーニー
- 2月15日 源流の里酒造り交流会
- 3月 研修旅行



グループホーム世話人

矢吹町のグループホーム「あけぼの荘」で夕食作りをして下さる方を募集しています。(週3日程度) 詳細はこころん・熊田までお問い合わせ下さい。

ボランティア

利用者と一緒に農作業や手作り品制作などの作業をして下さる方を募集しています。

クリスマス交流会



歌って、食べて、楽しもう!

こころんお馴染みのクリスマス会は、ゲームあり、各団体の出し物あり(かなり凝ってます)プレゼント交換ありと盛りだくさん! ぜひご参加ください。

日時: 12月18日(火)
12時~14時30分
会場: 生活支援センターこころん
参加: こころん、こころや
団体 なごみの家共同作業所
ウッドピアはなわ

詳細・お申し込みはこころんまで
TEL 0248-54-1115

..... 編集後記

こころんに通うようになり、8ヶ月がたちました。さくらまつりから始まり、いちご、桃の美味しい季節、秋からはこころん祭りなど毎月のイベントを満喫するうちにあっという間に月日が過ぎてしまいました。

事務所から見える田んぼの風景も新緑から黄金色を通り越して今やハゲ坊主。広報の発行も長い間お待たせして申し訳ございませんでした。早くから原稿をいただいた方々にはこの場を借りてお詫び申し上げます。

11月のアート展など誌面の都合で掲載できなかった情報は、第15号で詳しくお伝えしたいと思います。(植木)

