

# こころん通信

第 18 号

平成 21 年 3 月発行

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>

## こころ～る誕生!

こころやオリジナルスイーツ“こころ～る”が誕生しました。白河・表郷の鈴木菓子店さんにご協力いただき、試作(試食)を重ねること、およそ1ヶ月。ようやく完成しました。こだわりは、大きな4Lいちご。いちごの甘酸っぱさを生かす為、生クリームは少し甘めに仕上げました。今後、いちご以外のロールケーキも企画中です。ぜひ、こころやでお買い求めください。



朝日新聞4月1日号  
で紹介されました



### 商品パッケージ

ちょこんと飾ったりボンが  
かわいい!  
そのまま贈り物に使えます



### ケーキの断面

4Lいちごがどーんとして  
いるのがわかります



### 横から切った断面

いちごが重なるように入っ  
て、どこを切ってもいちごが  
たっぷり

## 手作りおはぎも新発売

こころや手作りのおはぎが新発売になりました。じっくり煮込んだ小豆は、甘さをおさえた上品なつぶあん。きなこのおはぎもつぶあん入りです。

素材、調味料にこだわったおはぎ。実は和菓子職人として修行を積んだこころやメンバーが、心を込めて作ったものです。

こころやスイーツの新しい看板商品になる予感のおはぎ。ぜひお試しください。



### 目次

P1・・・オリジナルスイーツこころ～る誕生

P2・・・こころんで遊ぼう!

P3・・・JANNET 福島フィールド研修

P4・・・このごろのこころや(いちごまつり)

P5・・・酒造り交流会・地酒販売開始

P6・・・みんなの広場(裏山プロジェクトほか)

P7・・・就業セミナー報告・私の仕事史

P8・・・行事予定

# こころんで遊ぼう！

2009年3月31日、年度末のレクリエーションとして、「こころんで遊ぼう！」を企画・開催しました。

10時～16時まで、約30名が集まり、それぞれ気に入ったゲームなどに参加して楽しい1日を過ごしました。



第1回こころん杯オセロ大会  
レクリエーション「こころんで遊ぼう！」  
に参加しました。

本当は、前日の農場の就労で腰を痛めてしまって、行くか行かないか迷いましたが、調理の就労が有るからと思い行きました。

すると調理はスタッフの方々がして下さる事に。そして急遽「オセロのトーナメント戦」に参加する事が出来ました。

計16名の参加で、緊張しながら確実に一手ずつ駒を置いて行き、途中負けそうになりながらも、何とか優勝することが出来ました！

優勝の商品は、こころんのランチ無料券、喜びのあまり腰が痛い事等忘れてしまいました！（MIKA）



## スケジュール

時間	談話室	和室	交流室
10:00～			開会式
10:15～		オセロ 1回戦	DVD 上映会 「ビューティフルマインド」
11:30～	鍋パーティー		
12:30～		オセロ 2回戦	
13:30～			ゲーム ・かるた ・ジェンガ
14:00～	クレープ作り		オセロ 準決勝 ～決勝
15:30			閉会式

## 鍋パーティー

少し季節外れではありますが、みんなでワイワイ楽しむ食事といったらやはり「鍋」！  
醤油、味噌、キムチの3種の鍋が用意されたため、おわん片手に3つの味をわたり歩く人が多くいました。



## クレープ作り

生活支援センターこころんの開所時に、イベントの定番であったクレープが復活！  
ビールを入れて一晩寝かせた秘伝？の生地は絶品。  
いちごなどの新鮮なフルーツがたっぷりのクレープはとても贅沢なおやつでした。



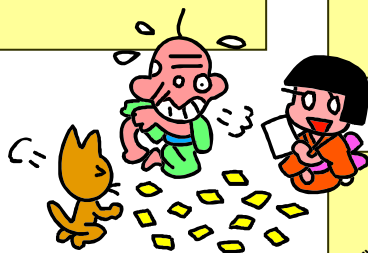
みんな生地焼きに挑戦しては、「あれ？失敗したから自分で食べないと」と言い訳しながら頬張っていました。

## 実行委員だより

僕は、「こころんで遊ぼう！」の実行委員を担当しました。

実行委員は初めてですが、オセロ大会に出たり、オセロの試合の進行をしたり、ビューティフルマインドのDVDをみたり、鍋を食べたり、クレープを食べたりして、とても楽しかったです。

実行委員をやってよかったと思います。また実行委員をやりたいです。  
(ハナ)



# JANNET福島フィールド研修会開催

障害者支援を中心に国際協力・国際交流を行う NGO 団体“障害分野 NGO 連絡会(JANNET)”が3月10日・11日の2日間、こころんを訪れ交流を深めました。JANNETからは、世界保健機関(WHO)で CBR を担当するチャパル・カスナビスさん(インド)と、CBR 開発研修センターのジョナサン・マラトモさん(インドネシア)の他、日本障害者リハビリテーション協会(JSRPD)、日本財団、国際協力機構(JICA)のスタッフなど16名が参加しました。



今回の研修会は昨年こころんで開催された JICA 研修に参加した、JSRPD の上野悦子さんの呼びかけによるものでした。

「スタッフが地域に入り込み、その地域事情に応じた障がい者へのリハビリテーションを地域一体となって行う」とするプログラム『CBR』が国際的に推進される中、その基本理念をこころんが実践しているとして、今回、研修場所に選ばれたとの事です。

初日はまず泉崎村保健センターを訪問し、正午過ぎにこころんへ到着。昼食後の研修会ではプロジェクター

を使用しての事例報告が行われ、こころんハウス見学と利用者を変えた懇親会の後、村内のカントリーヴィレッジに宿泊しました。

二日目はこころや生産者の“円谷木の子園”と里山再生プロジェクトの酒造蔵元“大木代吉本店”を見学し、こころやでの昼食をとり、午後はこころんで小林日出夫村長を変えた振り返りの会が開かれ、閉会となりました。

研修会で、チャパルさんとマラトモさんは「障がい者を中心とし、行政や地域社会を巻き込みながらのこの取組みはとても素晴らしい。モデルケースとして他の途上国へも紹介したい」と語りました。それに対し、こころん施設長は世界のことはよくわからないとした上で「就労の場としての福祉施設は“会社”という意識が必要で、そのような活動を続



懇親会は、地元食材を使った手料理でおもてなし。JANNET のみなさんからは、「いつもこんなに美味しいものを食べているのですか？」と質問されるほど好評でした。

けるうちに地域との交流が広がり、さらにそれが利用者さんたちの就労支援につながっていくのでは」と語りました。

こころんの利用者たちは「ここはとても温かく、心のやすらぐ場所。少しずつでも一步一步訓練していきたい」と話し、またチャパルさんは「日本のドライカレーやカレーコロッケはとても美味しかった」と話していました。(たか澤。)



このごろの

直売 カフェ こころや

このコーナーでは、こころんが運営する職業訓練施設「直売 カフェ こころや」の最近の様子をお伝えします。

# いちごまつり開催

「いちご」も「こころ～」も大盛況！

2月28日(土)と3月1日(日)の2日間、毎年恒例のこころや「いちご祭り」が開催されました。両日とも天気に恵まれ、普段の2倍近くの来客となりました。

いちごも当初入荷した分が完売し、生産者にご協力いただき、追加で集荷・販売するほどの売れ行きでした。

また、こころやでのPPブランド第一号(鈴木菓子店との共作)「こころ～」も好評で、2日間とも完売。1日の朝日新聞朝刊で写真付きで「こころ～」が報道され、遠く福島市から来店されたお客さまや、いわき市から電話で注文された方がいました。



「いちご祭り」は大盛況のうちに無事終わりました。次は泉崎村の桜ウォークに合わせて「こころやさくらまつり」を開催します。

桜おこわ、ソフトクリーム販売、和菓子職人により実演販売など、新しい企画を用意して、お客様のご来店を心よりお待ちしております。

「こころやに行けば、元気が出る」と満足していただける直売所を目指しています。今後ともよろしく願います。(栄)

## 朝採り野菜セット販売開始

かねてより地方発送のお問い合わせが多くありましたが、「旬の朝採り野菜セット」としてパンフレットが完成しました。

これは、その日入荷した新鮮野菜を詰め合わせて発送する宅配セットです。

離れて暮らすご親戚やご友人に「福島の味」を届けてみませんか？

Aセット(2～3人家族分)：3,000円

Bセット(4～5人家族分)：5,000円

\* 税込、送料別、クール便追加料別

\* お届けには3～4日程度かかります

\* 出荷時期により品物、生産者が変わります

ご注文の野菜		電話番号
品名	数量	0248-54-1115
お名前		
〒		
住所		
お電話		
お名前		
〒		
住所		
お電話		
お名前		
〒		
住所		
お電話		

【問い合わせ】こころん：0248-54-1115

# 源流の郷・酒づくり交流会



ころんが参加している里山再生プロジェクトで育てた米で、今年も料理酒が完成しました。

福島県南地方には里山再生プロジェクト以外にも、酒造りを通じて地域づくりに取り組む団体が数々あります。酒造り交流会はそれらの団体が協力し、地域内外へ情報発信するために開かれる交流会です。

## 交流会に参加しました！

2月13日にホテルサンルート白河2階「富士の間」にて源流の里酒づくり交流会が行われました。

当日は会場が人でいっぱいになるほど活気に溢れていました。

出品されたお酒は全部で8品。その地域の特性や環境が活かされたものばかりで、どれも作った人たちのそのお酒へのこだわりを強く感じました。

また、お酒とともに出された地域特産品の数々を作った郷土料理が最高でした。おつまみにピッタリ！！でも身体に良さそうなメニューで、美味な味をゆっくり堪能していたら、あつという間に料理が無くなってしまいました。もっと食べたかったですっ~(泣)

最後に出品されたお酒が当たる、大抽選会が行われました。当選した方はお酒を片手に大喜び。我がころんスタッフも大勢当たりましたよ！！そして、私の抽選結果は...なんと抽選券出し忘れ(笑)アイタタタ。

おいしいお酒とおいしい料理、その上、司会もさせていただきとても充実した交流会でした。(姫)



### 出品酒

宮本(美味しい酒を造るプロジェクト)

初舞台、柿酒・秋美人

(里山大信で日本一美味しい日本酒を創る会)

ほたる(ほたる浪漫)

愛郷の輝き(泉崎村愛郷の輝き交流事業実行委員会)

びゃっこの泉、天狗のかがやき

(表郷いいもの開発協議会)

夢街道(源流とスローフードの里西郷村)

青春賦(なんなん福島)

泡盛 三拝云(NPO 法人ウェーブゆい)

料理酒(里山再生プロジェクト実行委員会)

## 里山再生プロジェクト'09

2009年の里山再生プロジェクトは、酒米作りだけでなく、さまざまな体験をできるエコツアーとして活動する予定です。

原木椎茸植菌・竹の子狩り・ほたる狩りなど、季節に合わせた農業体験やイベントを通じて、身近な資源の再発見と地域内外の交流を図ります。

参加ご希望の方は、お気軽にお問い合わせ下さい。

【問い合わせ】生活支援センターころん  
Tel0148-54-1115(担当:小川)

## 地酒販売始めました

酒づくり交流会で紹介された地酒は、今までその地域の酒屋などを訪れなければ購入することができませんでした。

今回、交流会に参加した各団体にご協力頂き、ころんやでお取り扱いすることになりました。

いずれの酒も、数量限定販売です。お気に入りの酒があるか、お気軽にお問い合わせ下さい。

【直売・カフェ ころんや】0248-53-5568



# みんなのひろば

## こころんってこんなところ★裏山プロジェクトの巻

生活支援センターこころんは、南側は田園風景が広がり、北側には、さまざまな野生の植物や動物が育つ里山に囲まれています。今回はこころんの敷地内で進めている「裏山プロジェクト」をご紹介します。

プロジェクトのメインの仕事は原木椎茸栽培。山の斜面に植菌した原木を並べ、管理しています。できあがった椎茸は、直売・カフェ こころんやで販売しますが、即日完売する人気商品です。

椎茸は味が良く、春と秋の最盛期にはたくさん収穫できますが、注文に追いつかない状態です。

今年も追加して植菌します。少しでも多くのご注文にお応えできるよう皆で力を合わせて育てますので、ご期待下さい。



これが裏山でとれる原木椎茸  
味も香りも抜群！と好評です

## アイススケートにいってきました！



氷の上で滑って遊んだことなら何度もある。案外ちょろいものじゃないのか。レクリエーションでスケートに行くと決まった時、そう思った。そして当日(2月24日)、石川町スケート場で係の方からこの遊戯(スケート)の基本の、進み方・止まり方・転び方・立ち上がり方を一通り教わった。あとは自由に滑るだけ。

自由に滑ってみる。片足でバランスを取るのが難しい。だからもう片方の足もすぐにリンクに付けてしまう。

両足をついていると、両足が広がって、開脚になってしまう。

だから片方の足を上げて、片足立ちになる。

そうするとどうだ。バランスが取れなくなる。

だから両足をリンクにつける。繰り返していると、いつの間にか、

..あれ、なんかだか..スピードが速い。くっ。どんどん人を追い抜いていく。

あれ..ちょっと、止まらない。..どうしよう

ゴツン！後頭部が鈍い音を出していた。道端の氷とは、違うものだなと、そのとき初めて思った。

(tks)



イナバウア〜

## こころんファイターズ発進！



毎年恒例の「ふくしま精神障がい者バレーボール大会」。昨年の地区予選以来、メンバーが就職などの理由で減少し、事実上活動を休止していました。

しかし今年も大会の案内を手にするると、やる気も再燃！参戦することを決意し、新しいメンバーも加えて3月23日から練習を開始しました。

4月22日の地区予選大会まで残り1ヶ月。十分な練習時間はとれそうにありませんが、蘇った新生こころんファイターズ、力を合わせて頑張ります。ぜひ応援してください。



# こころん就業セミナー

こころんでは一般就労を目指す方を対象に、月1回就業に関する勉強会を開催しています  
その内容の一部をご紹介します

## 2月17日 観光接客サービス研修会参加

2月17日、白河文化センターで開かれた、観光接客サービス研修会に参加しました。

今回は、「お客様からのクレームを信頼に変える対応マナー」をテーマに講演が行われ、苦情への対応から接客動作まで内容の濃い研修会でした。

ただ座って聴いているだけでなく、隣同士一組になって実際に自分はどう感じるかをその場その場でお互いに実演してみたり、とても勉強になりました。  
今回の研修会で学んだことを、自分なりに生かせたら良いと思います。(K.O)



## 私のしごと史

3月14日、幕張メッセにて精神障害者中央就業セミナーが開催されました。テーマは働く喜びを届けよう～。

なごみの家共同作業所での訓練を経て、一般就労した さんが、こころんを代表して、当事者発表を務めました。発表用の原稿から抜粋してご紹介します。

スーパーにパートとして雇用され、2年半くらいがたちました。

勤めるにあたっては、店舗のスタッフ、ジョブコーチ、ハローワークが連絡を取り合って、私にいろいろ気遣ってくださり、とても助かりました。

仕事の内容は始めは日配部門で品出しと見切り品の作業をしました。商品によって扱いに違いがあり、覚えなくてはならないことがいろいろありました。とにかく聞いて、注意されて、メモして勉強しました。

週3日勤務から始めて、現在では1日5時間月20日の勤務で、残業や休日出勤もしていません。たまには休みをもらって旅行に行ったり、ストレスをためないようにしています。

仕事自体は大好きな作業ですが、まだ人間関係は苦手で接客など困ってしまうことがあります。お客様のクレームにはひたすらお詫びして、お伺いしたことには丁寧に対応する。人のせいにはしないなど、こころに決めて接客しています。

現在では、店内アナウンスや一部の発注もさせてもらい、これからもいろいろ教えて下さるようなので、がんばっていきたいです。

仕事を始めて一つ分かったことは、仕事をするということが、人としてこれほど大切なことで、そして周りの人に支えられているということです。

働くようになってから再発や入院もなくかえて自信になり、ずっと続けていきたい気持ちが増えてきます。私はこれから、感謝の気持ちを忘れないようにして、今の仕事を大切にしていきたいです。(Y.K)

寄付・寄贈をいただいた方 (敬称省略・順不同)

埴 正志

新しく会員になられた方 (敬称省略・順不同)

《正会員》早川京子 鈴木 茜 大越寛大  
福田吉子 星みつえ



会員募集のお知らせ

NPO 法人こころんは、ご支援くださる会員を募集しております。

《正会員》 年間 1口 3,000円

《団体会員》 年間 1口 5,000円

《賛助会員》 年間 1口 1,000円


皆さまのご理解とご協力をよろしくお願いいたします

お 知 ら せ

 活動報告

- 2月3日 豆まき&福茶
- 2月9日 お菓子をつくろう
- 2月13日 源流の里交流会
- 2月17日 就業セミナー  
\*接客マナー講習会
- 2月24日 アイススケート in 石川
- 2月28日・3月1日  
こころやいちごまつり
- 3月10・11日  
JANNET 福島フィールド研修
- 3月19日 防災訓練
- 3月24日 就業セミナー  
\*就労までのステップアップ
- 3月31日 レクレーション  
\*こころんで遊ぼう!



 今後の予定

- 4月14日 レクレーション  
\*花見スケッチ
- 4月18日 泉崎村桜ウォーク
- 4月18・19日 こころやさくらまつり
- 4月22日 バレーボール大会地区予選会
- 4月28日 就業セミナー(ピアカン)  
\*働くために必要なこと
- 5月19日 就業セミナー
- 5月17日 バレーボール県大会
- 5月26日 レクレーション
- 5月30日 こころん総会・講演会

’09ふくしま精神障がい者  
バレーボール大会

日時：4月22日(水) 9時～  
会場：あづま総合運動公園  
競技：ソフトバレーボール

こころんファイターズが  
参戦します  
みんなで応援しよう!

直売・カフェこころや  
さくらまつり

4月18日(土)・19日(日)  
さくらおこわの試食販売  
和菓子職人の実演販売  
ソフトクリーム新発売!  
地酒の限定販売します  
キッズコーナーあり  
(バルーンアート、水ふうせん、ほか)  
\*琴やフルートの演奏会開催



..... 編集後記 .....

こころんってこんなところ(P5)で紹介した裏山プロジェクトには、椎茸作りのほかに密かな計画(夢?)があります。

それは、裏山にみんなでログハウスを建てることです。斜面の一箇所にならなっているところがあり、そこは広がる田んぼと沈む夕日が見える絶景ポイントなのです。

ログハウスで挽きたてコーヒーを飲みながら語り合えたらいいな...と夢は膨らんでいます。

今は夢に向い日々裏山の伐採や片付けに明け暮れています。(植木)