

# こころん通信

第19号

平成21年9月発行

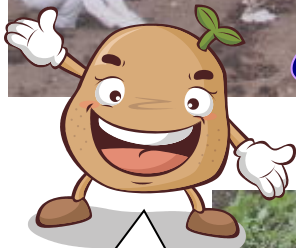
発行者: NPO法人こころん(生活支援センターこころん)

〒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>



## こころん じゃがいも プロジェクト!

700kg  
収穫したよ



### ジャガイモ収穫作業

僕は、今年の4月7日の火曜日にジャガイモを切り、灰をつける作業をし、8日には畑にジャガイモを植えました。

5月18日には芽取り作業をし、7月に入って14日と23日に収穫作業をしました。

僕は全部の作業に関わって、本当に良かったです。いいジャガイモが収穫できて良かったです。(ハナ)



**10月4日(日)こころんまつり開催!** 詳細はP7をご覧ください

#### 目次

P1・・・こころんジャガイモプロジェクト

P2・・・こころんまつり開催します!

P3・・・第8回こころん総会・講演会

P4・・・このごろのこころん(石鯰づくり教室)

P5・・・エコーガニックツアー、JAICA研修

P6・・・みんなの広場(なごみの家、バレーボール大会)

P7・・・こころんは晴れ男・晴れ女

P8・・・行事予定

# 第6回

# こころんまつり

ぜひぜひ  
ご来場  
ください

～ひとりひとりが輝く原石～



10月4日(日)、泉崎村中央公民館と直売・カフェ こころやを会場に、第6回こころんまつりを開催します。

今回のこころんまつりは、メンバーがより主体的に関わっていく、「自分たちのまつり」であることを目標としています。

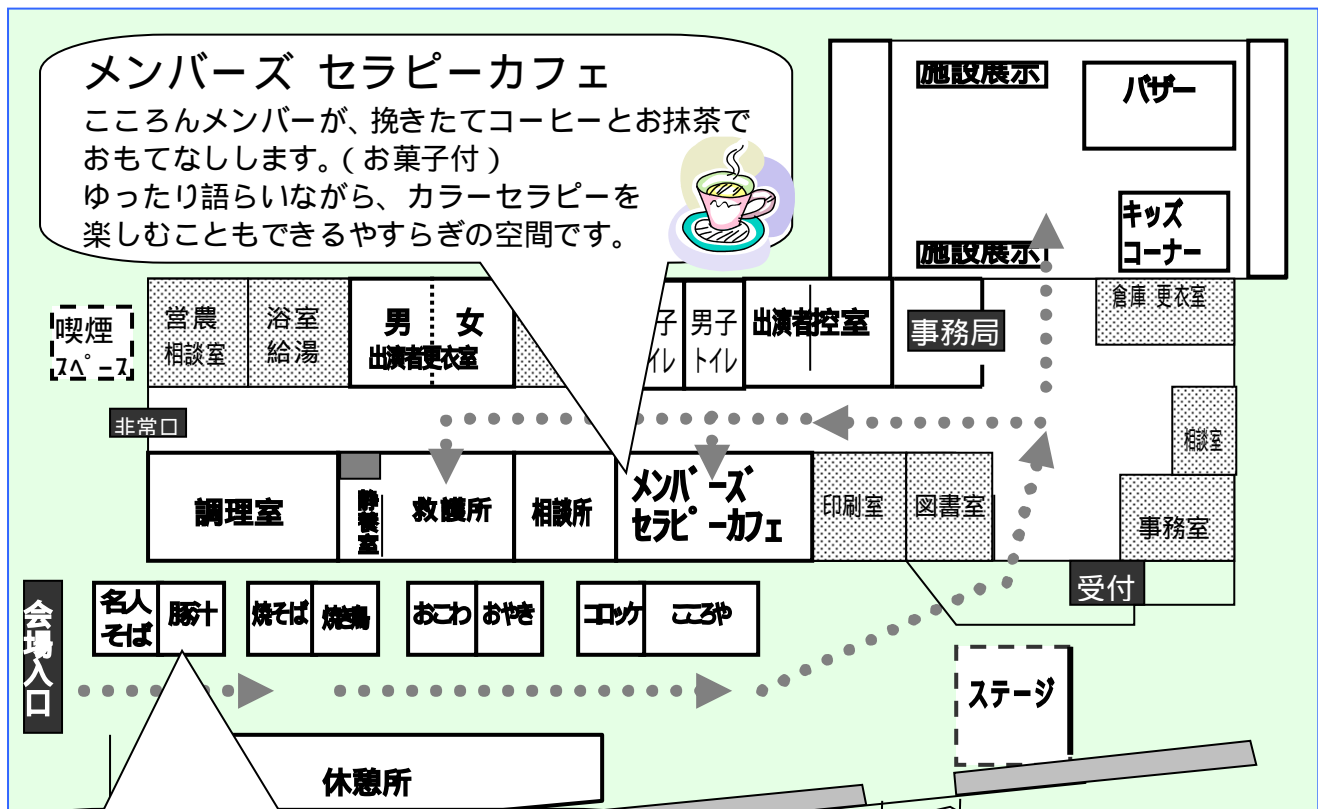
実行委員長、副委員長を始め、部門ごとにメンバーからまつりスタッフを選出し、職員・ボランティアさんと共に企画・運営を担当しています。

テーマやポスターのイラストもメンバーから公募により決定！メンバーによるセラピーカフェなど、新しい企画も用意しております。ぜひご来場下さいますようお願いいたします。



## メンバーズ セラピーカフェ

こころんメンバーが、挽きたてコーヒーとお抹茶でおもてなしします。(お菓子付)  
ゆったり語らいながら、カラーセラピーを楽しむこともできるやすらぎの空間です。



## 模擬店コーナー

こころんの施設である「なごみの家」の名物コロッケほか、美味しい物いろいろ。直売・カフェ こころやから出張販売もします。

## こころんパフォーマンス大会

ステージでは、こころんのメンバーが、歌ありトークありお笑いありと、「輝く」姿をおしげもなく披露します。新潟お笑い集団 NAMARA のゲスト出演もあります！

## こころんサポーターズ募集！

当日お手伝いくださるボランティアを募集しています

お気軽に事務局までお問い合わせください。TEL:0248-54-1115

# 第8回こころん総会・記念講演会



今年で8回目となるNPO法人こころん通常総会が5月30日、ホテルサンルート白河で開催され、記念講演会、交流会あわせて219名が参加しました。

まず、関元行理事長が「利用者が増え、こころやの事業も順調。よりいっそう職員の心を引き締めながら、ますます地域に根ざした活動をすすめてほしい」と挨拶し、その後、議長に選出された鮫川村明日飛学園の清水国明氏が総会の成立を宣言しました。

事務局のこころん熊田施設長は「前年度の事業・収支決算」および「本年度の事業計画・収支予算」を報告し、満場一致で承認されました。

第二部は「農業分野における障がい者就労支援の可能性を探る」と題し、記念講演会を開催しました。

まず、こころんの就労支援の取り組みを紹介し、その後、厚生労働省の武田牧子さんと農林水産省の二階堂孝子さんは記念講演の中で「省庁から見た障害者の支援」について、関連する制度と助成金について実例を交えながら語っていただきました。



## 21年度の事業計画

増加する利用者に対する支援体制強化のためこころんの社会福祉法人化を検討。利用者の工賃向上を目的とした就労継続支援A型事業所を検討。

農業分野への一般就労を目指す体制作り。

農商工の連携をとりながら加工品の開発販売を推進していく



## 働くことがあたりまえに、そして社会に地域にとけこんで

生活支援センターこころんが出来て、約5年が過ぎようとしています。はじめは利用者もほんの少力で、和気あいあいとして、ほのぼのとした雰囲気がありました。

その頃、私も病気を持つひとりして、こころんを利用し始めました。当時のことを思い出すとある種、感慨深い想いがあります。

この5年間、個人的にいろいろなことがありました。初めての通所から2年後から本格的にこころんを利用し、その年に出来た直売・カフェこころやで働きはじめました。今年10月には、こころやも3年目を迎えます。

今では、こころん、こころや、なごみ等を含め、利用者が100名を超え、大所帯となりました。

各施設でそれぞれ、自分に合った働き方をしています。部品の組立、配達業務、農業、そして、こころやでは、接客・サービスというように…。そんな仲間のうち、何人かは一般社会で働いています。

これからも生活支援センターこころんの果たす役割は、地域のなかでより大きくなり、その影響力も増すと思います。

こころん発足当時の理念「障害のある人もない人も安心して暮らせる地域づくり」をみんなで協力して進めたいと思います。(栄)

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。

## 手作り石鹸教室開催

7月25日、こころやで開催された「手作りせっけん教室」に参加しました。参加者は14名くらい。主催は里山再生プロジェクトです。

親子二人組で参加とのことでした。僕は星さんと組んで作りました。

作業始め。苛性ソーダと精製水を混ぜると水溶液が高温になりました。なんででしょうね。次にその水溶液と油脂を混ぜて(カクハン)いるときは、化学反応が起こっているらしく、常にまた、熱をもっていました。

みんな一生懸命にボールの中をかき混ぜていました。星さんは、カクハンさせるのがうまかったです。僕もとにかく混ぜまくりました。

カクハンが終わると牛乳パックで作った型に流し込みました。…できた。

元気な石鹸が生まれるといいですね。元気ならばなによりです。固まって、使えるようになるまでには3ヵ月かかるそうです。

待ちきれないので、こころやで売っている石鹸を買ってしまいました。

石鹸を使い始めて1か月弱になりますが、前よりは顔の肌がきれいになった気がします。

この石鹸はシャンプー代わりに使えるそうです。その後のリンスは無添加のお酢でやると良いそうです。お酢はこころやで販売している、太田酢店さんが作っているキンカメ酢がお勧めです。

余談ですが、1リットル牛乳パックの半分、つまり500mlの石鹸ができました。星さんの話では、最終的にできた石鹸を5分割して、そのうち2つを僕にくれるということでした。

石鹸作りが終わった一週間後、星さんは既に、石鹸を6分割して、「石鹸2つをあげるから！」と言って下さいました。2/5と2/6だと1/15の大きさの差があるのですが、僕は心が広いし、せっけん作り代は星さんが出してくれたので、目を瞑りました。(tks)



これのできたて石鹸！固まるまでひたすら待ちます



いろんな種類の石鹸キューブ入りできれいです。

## こころやリニューアル

21年7月に、大型ショーケース・エアコンが入り、シャッターもついてこころやがリニューアルされました。

今まで少し暗い感じだった店内が、少し明るくなって、お客様からも“明るくなりましたネ！！”とおほめの言葉を頂いています。

店内のレイアウトも大幅に変え、総菜コーナー、野菜コーナー、ショーケース、手芸コーナー、乾物コーナー、フルーツコーナーとお客様が選びやすいように致しました。

カフェには、新メニューも加わり、こころやのメンバーも、家庭的な雰囲気でも、楽しく仕事をしながら、お客様をおまちしております。(H)



# エコガニック・ツアー

恒例の里山再生プロジェクト～エコガニックツアーが7月4日、白河市大信地区の満花園、聖ヶ岩ふるさとの森、同地区内豊地新田で開催され、地域や関東圏から参加した20数名が、「新緑の里山」を満喫しました。



この日の流しそうめんは、付近に自生する自然の竹を使用。茹で上がったそうめんが次々と流れ、付けあわせの天ぷらも運ばれました。天ぷらはカボチャ・ナス・ズッキーニなどの他、現地で調達した山菜も揚げられ、「サンショウは香りがとても良く、タンポポモカラッとしてとても美味しい」と大好評でした。

食後は梅酒造りで、作り方を大木代吉本店会長の大木代吉さんが説明。超甘口調味酒と園地からのもぎたてお梅を使用しての「砂糖無添加梅酒造り」を体験しました。

梅酒造り体験の次は、3万本の紫陽花が満開という「満花園」を見学。園内は登り坂のコースで、頂上の東屋で休憩する参加者たちは、色とりどりの美しい紫陽花に圧倒されながら、その花越しに見える山々の景色を楽しみました。

夕刻が近づくころ、バーベキューと宿泊のために聖ヶ岩ふるさとの森へ移動。近くに大魔ヶ岳や不動ヶ滝などがあるケヤキ樹林帯の中にあります。隠し味の料理酒をスプレーで吹きかけて炭火で焼いた肉や野菜、トマトなどの野菜を煮込んだラタテューユなどを美味しくいただきました。

日が暮れ満腹になった一行は蛍鑑賞のため、同地区豊地新田の水田へ。この水は清らかでエサが豊富な上、水路がコンクリート舗装されていないため、蛍の産卵場所も確保されているとの事。無数に舞う蛍の幻想的な光景を堪能しながら、中には「蛍が掌にのった」とする参加者もいました。(たか澤。)



## J A I C A 研修生 今年もこころん実習に来ました

去る7月8日～10日まで、JICA 平成21年度「障害者の雇用促進とディーセントワークの実践」研修として、フィジー、マレーシア、ネパール、中国の4カ国より5名の研修員と日本障害者リハビリテーション協会の3名がこころんを訪れました。

今年度の研修内容は、こころんの概要と活動の紹介の後、各国の実情を報告、意見交換、利用者との交流などを行いました。また、こころんの利用者が就労をしている企業や「こころや」「なごみの家」などを視察し、事業所や利用者に対して熱心に質問をしていました。

アジアの各地の障害者福祉の実情は、福祉の制度や設備の少ないなかで、大変な苦勞と工夫を重ねてそれぞれ実践しておられます。研修員自身も障がいを持ちながら障がい者の支援をしている方もおり、それぞれの熱い想いが伝わった今回の研修でした。(熊田)



### J A I C A 就労支援コース研修

JICA(国際協力機構)が展開している、主にアジア太平洋地域諸国の職業リハビリテーションの実践家を対象としたグループ研修。

1984年にスタートした「身体障害者リハビリテーション専門家コース」は、いくたびかの変遷を経て、26年目の2009年には、対象をアジア太平洋から全世界の途上国に広げ、「障害者の雇用促進とディーセントワークの実現コース」として実施された。

4カ国(フィジー、マレーシア、ネパール、中国)から5名の研修員が参加している。

# みんなのひろば

## こころんってこんなところ★なごみの家の巻

「なごみの家」では、化粧品ボトルの部品づくり内職作業・メール便・公共施設の清掃作業・食品加工部門でのコロケ調理、おこわや漬け物作りなど、地域の人たちとの関わりの中で様々な就労訓練を行っています。



最近では各部門とも作業内容も安定してきて、メンバーさん達の中に責任感が生まれ、トラブル・クレーム対応もうまくこなせるようになってきました。

現在、調理部門では地元の安全・安心な食材を使った新たな商品開発をしています。さらに、それらの販売ルートの新規開拓も検討中です。**お餅やおこわは冠婚葬祭などの大量注文にも応じられます。お電話お待ちしております。**



## バレーボール 県大会出場!



4月22日に福島精神障がい者バレーボール大会地区予選がありました。

緊張している選手の気持ちが応援する私達にも伝わって来て、その緊張を吹き飛ばすようにみんなで大きな声で応援しました。

見事県大会出場権を獲得! 「試合に勝てた事がびっくり」とみんなで握手をかわして喜びました。今でもあんまり覚えていない位嬉しかったです。

5月17日はいよいよ県大会。しかし、試合練習不足と力不足を思い知らされる結果でした。

相手チームは、レシーブ・トス・アタックそのチームプレーは完璧で、すごくすごく悔しかった。

来年、今年のメンバー全員がまた大会に出られるかわからないけれど、またいい思い出を作れば嬉しいです。

皆さん一人一人、応援の方、選手の方ありがとうございました。みんな最高でした。(ボール)



## まんじゅう作り教室



5月のレクリエーションは、まんじゅう作り教室を開催しました。

日頃こころやでお菓子作りを担当しているメンバーの幹夫さんを講師に、黒糖まんじゅう作りに挑戦しました。

手製のあんこを生地でくるくるっとまるめますが、これが想像以上に難しい!皮が一部分だけ分厚くなったり、あんこが見えてしまったり。

普段あたりまえのようにきれいに丸くふくらんだ

おまんじゅうをいただいています。技術が必要

なのだ実感しました。蒸しあがったまんじゅうは・・・外見はいろいろ?でしたが、とても美味しかったです。(のんき)



いびつなところもまたご愛嬌

# こころん=晴れ男+晴れ女

2009年6月30日に那須登山へ、7月21日にいわきの海へ行きました。両日とも、集合時には小雨がぱらつき、計画の中止を検討したほどでした。

しかし、「せっかくのレクリエーションだから行くだけ行こう！」と出発。見事、那須の頂上では快晴で絶景を眺めることができました。いわきの海も暑すぎず寒くもない過ごしやすい気候で、海水浴やビーチバレーなどを楽しみました。

こころんには、晴れ男、晴れ女が揃っているようです。



## 那須登山に行ってきました

6月レクリエーションは、「大自然を満喫して心も身体もリフレッシュ！」ということで、那須の茶臼岳に行ってきました。

期待半分、不安半分で迎えた当日。想像以上の参加者の多さにびっくり！バスに乗り切れず急きょ8人のリワゴン車2台も出動しました。

が、期待に反して天候はあいにくの雨。トホホ・・・

しかし、さすがはこころんのイベント！現地につく頃には雨もあがり、まずまずの天気。

記念撮影をして、 Gondolaでいざ山へレッツ GO！登るにつれて那須の山肌が目の前にそびえ立ち、周りには雲海が広がる絶景！！

みんなのテンションも上がります

今回は3つの班に別れ、下から頂上まで目指す班、途中から Gondolaに乗り、頂上まで登るグループと、牛の首方面へ散策しながら自然を楽しむグループに分かれ、皆それぞれに山の自然を楽しめました。

頂上に着く頃には既に天気は快晴！朝の雨がウソのように、山のとっぺんは水色の空が広がり、まさに雲の上、別世界でした。とても感動。頂上で食べるお弁当もおいしかった。

こころもお腹も満たされ、大満足で下山。良い汗をかき、近くの温泉で疲れた身体をリフレッシュ。

帰りにはゆうあいの森に寄り、お土産を買ったり、那須のおいしい牛乳で作った冷たいジェラードを食べたりと、それぞれが思い思いに那須を満喫できたと思います。

普段はなかなか話せない人と話をしたり、意外な一面が見られたり。那須の自然の中、たくさんの笑顔が見られたことがとても良い思い出です。

やはりたまにはこうしたリフレッシュも大切。6月のレク、那須へ行こう！大満足の日でした。(K)



## いわきの海へ行きました！in 勿来

7月21日に、こころん・こころや・なごみの家・研修生・あけぼの荘の皆さんと一緒にいわきの勿来海岸に行きました。海岸では、スイカ割り、ビーチバレー等を行いました。帰りは、いわき・ララ・みゆう。に立ち寄りお土産等を買いました。とっても楽しかったです。(T・i)



寄付・寄贈をいただいた方 (敬称省略・順不同)

高橋信子 太田紀之 紺野卓英 小林百合子 森谷信次  
東白川地域家族会 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》瀬戸春子 林 早苗 萩原佳代子  
丸山武彦

《賛助会員》佐久間清次 瀬谷朋久 菅野真由美 信行和子  
青山春美 国際交流の会・かるみや



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

- 4月14日 花見(桜スケッチ)
- 4月18日 泉崎桜ウォーク
- 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
- 5月15日 道路清掃
- 5月17日 バレーボール大会福島県大会
- 5月19日 就業セミナー
- 5月26日 まんじゅう作り教室
- 5月30日 こころん総会・記念講演会
- 6月19日 道路清掃
- 6月23日 就業セミナー
- 6月30日 那須へ行こう
- 7月4日 エコガニックツアー
- 7月8～10日 JACA 研修生実習
- 7月14日 就業セミナー
- 7月17日 道路清掃
- 7月21日 施設内旅行 いわきの海
- 7月25日 こころや手作りせっけん教室
- 8月8～14日 こころや花市 桃まつり

今後の予定

- 9月2日 東白川地区家族教室
- 9月15日 就業セミナー(農業体験)
- 9月18日 道路清掃
- 9月19日 白河地区家族教室
- 9月19～23日  
こころやお彼岸セール
- 9月27日 稲刈りと音あそび交流会
- 9月29日 レクレーション  
「マイクを離さない」
- 10月4日 第6回こころんまつり
- 11月 こころや 新そばまつり
- 11月 そばうち教室
- 11月28・29日 チャリティアート展
- 12月 クリスマス会



第6回  
こころんまつり  
～ひとりひとりが輝く原石～

10月4日(日) 10時～15時  
第一会場：泉崎村中央公民館  
第二会場：直売カフェ こころや  
\*詳しくはP2をご覧ください

会場内で使える交換券  
前売チケット発売中!  
500円(50円×11枚)

\*チケットは、こころや・こころん・  
なごみの家共同作業所でお取り扱い  
しております。

..... 編集後記 .....

こころんまつりの季節がやってきました。今年のポイントは、「利用者が主体となって作りあげるまつり」であることです。

ポスターのイラスト、テーマの原案は利用者の作品です。会場ではパフォーマンス大会、メンバーが運営するカフェなど、みんなの思いがたくさんつまったおまつりです。

ぜひ、会場でこころんワールドを満喫していただきたいと思います。ご来場をお待ちしております。(植木)