



# こころん 通信

Vo.7 2013年11月発行)

発行:社会福祉法人こころん  
〒969-0101 福島県西白河郡泉崎村大字泉崎字下根岸 9  
TEL:0248-54-1115 FAX:0248-53-3063  
URL <http://www.cocoron.or.jp> E-MAIL:kokoron@r2.dion.ne.jp



## おかげさまで7周年！ こころや感謝祭

10月12日、いつもご利用いただいている皆様へ感謝の気持ちを込めて、直売・カフェこころや7周年記念感謝祭を開催しました。

泉崎第一小学校のこどもたちの勢いある和太鼓演奏で始まり、生産者による「コンテナ市」や、泉崎村商工会のみなさんの焼き鳥、焼きそばなど、こころん各施設の模擬店などで、大盛況でした。

こころや外販カーが、景品コーナーに大変身！生産者からの協賛品がズラリと並びました。



こころん工房は、秘伝の生地に手製のりんごのコンポートやドライカレーを包んだクレープを販売し、大好評！

### 7周年を迎えて

こころんは今年10年目、こころやは7年目を迎えました。この間様々なことが次々と起こりました。中でも3年前の東日本大震災は、私たちの生活に大きな影響を与えたばかりか、放射能に関する不安は、今でも私たちの生活を脅かしています。

特に農業が中心のこの地域で生活していくためには、この問題が解決するまで本当の復興とは言えないのではないのでしょうか。

こころやでは、この春にベクレルモニターを設置し、全ての農産物を計測したうえで販売していますが、放射能はほぼ検出されていません。

ここまでになったのは、生産者の皆さん、地域のみなさん、スタッフのみなさん、みんな諦めることなく頑張ってきたからです。心より感謝申し上げます。

これからも「直売・カフェ こころや」、そして「社会福祉法人こころん」をご支援くださいますようお願いいたします。

施設長 熊田芳江



金魚すくいとスーパーボールすくいに、こどもたちの表情も真剣！

# こころんスペシャル交流会2013

## ひとりじゃないよ!

## みんながいる!



6月28日・29日と2日間にわたり那須甲子自然の家にて、毎年恒例のこころんスペシャル交流会2013を今年を開催しました。今年も100名近くの参加者が集まり沢山の交流が交わされました。

大会内容は、「夢大賞」「当事者研究発表」「WRAP初級講座(らっぷ: Wellness Recovery Action Plan/元気回復行動プラン)」の3つです。



夢大賞では4名がエントリー、皆さん素敵な夢をおおいに語りました。共感すると同時にその人の意外な一面が見えたり、皆さんとても輝いていました。

大賞をとったAさんには「第36回きょうされん全国大会 in 東北・ふくしま」の招待券が贈られ、大変喜ばれていたのが印象的です。

当事者研究発表では個性的な発表が目立ち、ギターの弾き語りなどそれぞれに工夫を凝らした当事者研究を披露。エントリーされた皆さんには、会場からその人宛てに送られたメッセージカードがプレゼントされました。

今回こころんで初めて行われたWRAP講座では、まず、グループごとに別れて「いい感じの時の自分」を模造紙に書き出し、その「自分」でいるために「毎日すること」と「時々すること」を考え、客観的に自分を見る。そこで自分を元気にする方法を見つけるというものでした。

ゲスト講師「佐々木理恵先生(理恵ちゃん先生)」の明るく気さくな雰囲気、みんなの意欲も増していき、グループごとの味や、そのグループならではの元気の法則などが色濃く出ていました。WRAPは敷居が高いと思っていた私たちの想像を、見事に楽しい世界に変えてくれた理恵ちゃん先生、ありがとうございました。

そして、アイスブレイキングで会場を和ませてくれた「ボランティアサークルみなみ」の皆さん。遠方より参加して頂いた皆さん。他にも沢山の方々を支えられ、今年のスペシャル交流会も大成功となりました。ご協力頂いた皆さまに深く感謝いたします。ありがとうございました。(小野崎)

## 実行委員長、初挑戦!

開会式は、熊田施設長挨拶から始まりました。続いて私が、実行委員長として挨拶をしました。WRAP初級講座第一部をやりました。

昼食後は、アイスブレイクをやりました。午後は、第四回こころん夢大賞もやりました。夢大賞を選ぶのに、大変苦労しました。当事者研究発表もやりました。当事者研究発表者は4名でした。

ティータイムの後は、WRAP初級講座第二部です。最後は、開会式です。当事者研究発表会贈呈式をやってから帰りました。(T.M)

## 夢は可愛いコックさん

こころん夢大賞  
大賞を受賞!

私の夢、1つめは「自分の家を持つこと」です。現在はグループホームあけぼの荘が私の家とっております。私を支えて下さる世話人さん、先輩方が私の家族であり仲間です。みんなで助け合って協力あって充実した日々を過ごしております。

2つ目の夢は一般就労することです。調理師免許を持っているので、これを活かせる仕事につけたらいいなあと思っています。可愛いお店のコックさん・・・なんてあこがれております。

3つ目の夢はずばり、良き伴侶を得ることです。素敵なおうちで暮らして一般社会で働きながら幸せな家庭を築きたいです。私は30年間、統合失調症とお付き合いしております。この病気を理解してくれる男性とめぐり合うことができるよう、いつも笑顔忘れずにものごとを前向きに考えられるようにしております。

これらの夢を実現するためには、先ず安定した生活リズムを作ることだと思います。具体的に、最も大切なことは服薬管理です。断薬して大変辛い思いをした経験から、身を持って言えます。

私の人生は、まだまだこれからです。これからも素直に病気と向き合い、あたりまえの生活をおくって、あたりまえに仕事をして、普通に結婚して、いつも笑顔で生きていきたいです。(A)





# 土と 生きる

## 増子農場との出会い

なごみの家のコロッケは、「自分たちでジャガイモを育て、食品加工し、ころもやで販売する」農業の六次化に取り組んでいます。  
ころもで最初の六次化した商品「なごみの家のコロッケ」を紹介します。

今から7年前、ころもやがオープンするにあたり「なごみの家は何をすべきか？」熱い熱い話し合いの末、「コロッケを作ろう！」と決定！次に問題になったのが材料のジャガイモです。「買う？費用がかかりすぎる？」

そんな時、ボランティアみなみの会長、増子さんが畑の貸し出しと作業指導を提案してくださり、夢の実現に近づきました。いよいよ、地産地消を売りにしたコロッケがデビュー決定です。今考えると農業・調理共に初心者で、なんと無謀なスタートだったことか。

そして冬が過ぎ、春の訪れを感じ始める3月末から4月上旬にかけて増子農場で種いも蒔きが終わり、しばらくすると、草むしりと土寄せが行われます。芽かきも行います。芽かきというのは育ちの良さそうな芽を3本くらい選んで他の芽を剪定することです。

何度か土寄せをして、7月の晴れた日・さあ、いよいよ収穫です！なごみの家だけではなく、活動センターころも・ころもファームのみなさんと総出で収穫を行います。実習生が加わることもあります。1年分のじゃがいもの収穫です。その後、収穫祭で農産物の収穫をお祝いジャガイモパーティーをします。

こうして振り返ってみると初心者だけでやっていた農作業は、今では頼もしいころもファームの人たちに支えられています。私たちの無謀ともいえる夢に賛同して協力を申し出てください、今も尚、農業指導、じゃがいもの管理をしてくださっている増子さんには感謝の気持ちでいっぱいです。

そして改めて、ころもファームの方々、なごみのコロッケファンの方々、収穫に参加して下さる活動センターの方々、販売に力を注いでくださっているころもの方々など、沢山の人の『感謝』の思いがたくさん詰まったコロッケだなあと実感しています。

皆さん、これからもどうぞよろしくお願いいたします。(小林)

## ジャガイモができるまで



## ジャガイモパーティー

7月19日、生活支援センターころもで、ジャガイモパーティーを開催しました。

なごみの家のメンバーが紙芝居で、増子農場でのジャガイモの植付けから収穫までの様子と、なごみ特製コロッケができるまでを紹介しました。



収穫したジャガイモの味は、カレー、コロッケなどで楽しみました。しかも、コロッケは収穫祭特別バージョンの「あたりくじ付きコロッケ」。きゅうりが入っていると大当たりでペットボトルの飲み物がプレゼントされたため、会場のあちらこちらで、大当たりに歓声が上がりました。



# 土作りと肥料にこだわる 甘味と酸味のブレンド 鈴木梨園さん♪



こころやに梨、ぶどう、りんご等が揃い、果物の旬の季節になりました。今回は創業当時からお世話になっている梨農家の鈴木農園（鏡石）さんの梨園にお邪魔しました。

今秋も日本梨（豊水や幸水、南水）がこころやで好評で、特にお彼岸の時期には箱物の予約注文が多く入りました。「以前は、風評被害で売れ行きが落ちたことがありましたが、今は大丈夫です」と、原発事故でのご苦勞もあったようです。現在も全ての品種の放射性物質の検査をして、基準値を超えないのを確認しています。

11月からは西洋梨もこころやに並び始めました。ラ・フランス、ル・レクチェにも力を入れています。西洋梨は一般に、日本梨とは違って、ねっとり感があり、口の中でとろけるような食感があります。ラ・フランスは香りと甘味が特徴。ル・レクチェは甘味が強く、皮が黄色になったら食べ頃で、年末にお歳暮用の贈り物として人気のある商品です。「西洋梨は、取ってから、食べ頃になるまで合わせるのが難しいです。今年は出来がいい。大玉に育っています」と苦勞話と自信作の出来ばえに、顔をほころばせます。

そうした、糖度が高く、味にコクがある梨の栽培に欠かせないのが、土作りと肥料です。鈴木農園では、草を生やした草生栽培をしています。草の葉や根には有機質が多くあるそうです。「堆肥には稲の籾殻、バーク堆肥、牛糞などを混ぜて、年4回の切り返しからなる成熟堆肥を使います。その堆肥を畑に使うと、微生物が増えます」と栽培の秘密も。年初めの1、2月にまきます。また、油かす、大豆かす、魚かす等の自家製ぼかしを3月にまきます。こうして、三代治さん独特の甘味のある梨ができるようです。

大切に育てられた梨はこころやの定番で、三代治さんを指名してのご注文も増えています。「まだまだ勉強中ですよ」と話す三代治さんは、とことん味にこだわり、品質のよいものを工夫して栽培し続けています。温かな表情、優しい笑顔、分かりやすく説明して下さる様子に、ますますファンになってしまいました。（栄）

## こころやカーがやってきました!!

福島県地域づくり総合支援事業の助成を受けて購入した、こころやの外販用の車両が納車になりました。今まで2tトラックで外販していたため不自由だった冷蔵品の販売や、雨天時の販売に威力を発揮すると期待しています。

車体には新しいこころやのロゴマークが入っています。こころやの外販は月曜日と金曜日、見かけた方はぜひ、お立ち寄りください。



こころやの新しいロゴマーク。やさしい色合いです。

冷蔵ケースもあるので、スイーツも冷えて美味しくいままお届けできます!



ドアが広がって雨除けになるので、雨天時にも大活躍。陳列ケースに照明がついて、夕方の販売も明るくなりました。





## ジョブコーチ支援の現場から ～福島県南生活協同組合にて～

グループホーム こころんはうすで生活されている三瓶隆幸さんが昨年12月に開催された「しらかわ障害者就職面接会」に応募され、福島県南生活協同組合に入協されました。

実習から始まりトライアル雇用を経て、めでたく本年の5月1日より正式雇用されました。そこで今回、実習から数えて8ヶ月経過し、週5日1日4時間、汗水流して働いている三瓶隆幸さんと事業主の方にインタビューをしました。



### 【三瓶隆幸さん】

Q1: スタートしてから10ヶ月経過して現在に至っておりますが、いかがですか。

A1: 早起きすることは苦手です。実は、実習中に1度だけ寝坊して遅刻しました。現在は無遅刻、無欠勤で働いています。

Q2: 仕事の内容を教えてください。

A2: 商品の品出しと陳列、業者とのやりとりです。

Q3: お店の雰囲気はいかがですか。

A3: 非常に明るく、働きやすいです。スタッフのみなさんにいつも笑顔で優しく教えていただいています。

Q4: 仕事において、大事なこと、こころがけていることは何かありますか。

A4: やはり「挨拶」ですね。お客様には常に笑顔で「いらっしゃいませ。」と挨拶するように心がけています。

### 【高笠晴之 専務理事】

Q1: 障がい者雇用にとり組んだ経緯を教えてください。

A1: 平成25年度から法定雇用率の変更があり、コープも雇用義務が生じました。そのように法定義務の側面もありますが、①購買 ②共済 ③福祉これら3つの事業を経営の柱としており、とくに福祉事業を強化するため取り組んでおります。

Q2: 三瓶さんが入協して職場に何か変化はありましたか。

A2: スタッフには常に、「接客レベルをあげよう。」と声をかけております。「いらっしゃいませ。」「おはようございます。」これら挨拶こそが大事なのです。スタッフの中で、これが確実にできているのが三瓶さんです。三瓶さんが仲間入りしてから、この大事なことをスタッフ一人ひとりが更に意識するようになり、店内の雰囲気もますます明るくなって、店全体に活気が出てきました。

Q3: 面接で三瓶さんの採用を決めた一番の決め手は。

A3: 面接官の目を見て受け答えできていました。意欲を感じました。

Q4: 今後のコープさんの障がい者雇用の取り組みに対するお考え、方針をお聞かせください。

A4: 社会的に弱い立場の方、障がいを持っている方の受け皿となるような、仕事の‘場’を提供していきたいですね。障がい者、健常者分け隔てなく、楽しんで就労できるような環境整備を目指しております。



### 【鈴木謙太郎 天神町店長】

Q1: 障がい者雇用に関して

A1: 精神の方は初めてだったので他のスタッフも少々不安をいじめておりましたが、三瓶さんの日頃の態度、姿勢を見てスタッフ一同、すぐに安心しました。

Q2: 三瓶さんの長所はどんなところですか。

A2: こちら(事業所)から特に指示したわけではないのですが、特売品コーナーの側を通りかかったお客様に必ず声をかけて積極的にPRしております。三瓶さんが声を掛けると殆どのお客様が購入してくれます。彼はお店にとって貴重な戦力です。

Q3: ジョブコーチ支援についてどのようにお感じですか。

A3: 事業主とジョブコーチ間で情報交換をして、連携をとりながら対象者を育てていきたいですね。我々の見えないところをジョブコーチがフォローしてくれるので助かっております。良い制度ですね。

Q4: 、最後に一言おねがいます。

A4: お店の雰囲気に溶け込んで働くことができ、接客も上手な三瓶さん。引き続き、今のペースを保ちながら、お客様の目線に立って遂行していただきたいと思います。



三瓶さんは現在、非常に安定した状態で働くことができ、本人の障がいの部分をスタッフの方々に受け入れていただいているので、本人ものびのびと働くことができているのでしょう。

福島県南地区では近年、障がい者雇用率が伸びてきております。これからも福島県南生活協同組合のように障がい者雇用を理解、協力してくださる企業が益々増えることを望んでおります。(レポーター:ジョブコーチ 小川 弘一)

# 活・動・報・告

## 9月10日●ディズニーランド旅行



画・文:鈴木可寿



施設交流旅行でディズニーランドに日帰りで行って来ました。

園内はハロウィンイベントで、仮装した来場者がたくさん！ディズニー以外のキャラクターにも会えて、夢の世界を満喫してきました。

## 10月15日●キックベース大会

ころや感謝祭で食欲の秋を堪能した次はスポーツの秋！ 泉崎村ソフトボール球場にて、キックベース大会を開催しました。

キックベースのルールは簡単。ピッチャーが転がしたボール(今回はソフトバレーボールを使用)を、バッターが蹴ります。そのほかのルールは野球と同じ。



日頃運動不足だったころんメンバーも弾むボールについつい夢中に。走る！飛ぶ！転がる！などファインプレーが続出。みんなでいい汗をかきました。



## イオン黄色いレシートキャンペーン

毎月 11 日、イオン全店にて黄色いレシートキャンペーンが行われています。このキャンペーンは、お客様が購入したレシート合計額の約1%が地域の福祉施設やボランティア団体に寄付されるというものです。参加方法は買い物したレシートをレジ近くにある団体が書いてあるボックスに入れるだけ。

毎月 11 日は、参加団体が持ち回りで、ご来店のお客様にキャンペーンのPR 活動をしており、ころんのメンバーも、登録しているイオン白河西郷店で毎年、年に数回参加しています。

今年はお陰さまで、デジカメ・SD カード・フードプロセッサーを寄贈して頂きました。ありがとうございます。  
毎月 11 日、イオンでお買いもの際は是非、社会福祉法人ころんに入れて下さいね。





# スタッフ紹介

## 第2回「なごみの家」&「こころん工房」

今回は、メール便や内職作業、こころんなどに手作りコロッケやお惣菜を作って提供している「なごみの家」と、こころんの新部門でもあるお菓子工場「こころん工房」を紹介します。

「なごみの家」は、JR 東北本線白河駅から徒歩 5 分。県南保健福祉事務所の裏手にあるアットホームな作業所です。

地域活動支援センターと就労継続支援 B 型の事業の活動として、惣菜作り、メール便の配達、内職作業をしています。

その名の通り、みんなにとって「なごめる大切な居場所」。作業中は真剣！ですが、休憩時間は和気あいあいとしています。



なごみの家

なごみの家 穂積浩枝  
担当: 毎日、おこわを作っています。  
ひとこと: カラオケが大好きです！

なごみの家 小林紀子  
担当: 内職やっています。  
ひとこと: ペコちゃんだあい好きです！



なごみの家 大越寛大  
担当: 内職&利用者さんの相談相手 (と言えるかどうかは?)  
ひとこと: いつもスタッフさんと利用者さん達から癒しを頂いております♪

なごみの家 渡辺厚子  
担当: メンバーさんと一緒に内職しています。  
ひとこと: 友達と美味しい物食べて、楽しいお喋りできれば最高！

こころん工房 早川京子  
担当: メンバーさんとお菓子を作っています。  
商品開発をしています。  
ひとこと: 美味しい物を食べるのが大好きです。旅行も好き！気の合う友達とワイワイ楽しいです。

こころん工房 市川朋子  
担当: メンバーさんとチーズケーキやラスク、パウンドケーキなどを作っています。  
ひとこと: 温泉が好きで、よくサウナにも入ります。たくさん汗をかくと身体の中の毒素が体外に排出された気分になりリフレッシュできたナ…と自己満足しています。(笑)



こころん工房 若松光子  
担当: 工場の事務をしています。  
ひとこと: 最近の楽しみは、工房のお菓子やファームの野菜を家で美味しくいただくこと。  
娘の口癖は「お母さん今日は何もってきたの?」です。お菓子を持ち帰った日は、家でパトルが勃発します。

こころん工房 植木千花  
担当: 工房のお菓子の受注や発送を担当しています。  
ひとこと: お菓子の試食のおかげでリパウンド中です！  
ダイエット効果のある美味しいお菓子もぜひ開発してもらいたいです！！

こころん  
工房



「こころん工房」はH24 年度にこころんぞ増築した時に開所したお菓子工房で毎日 10 名のメンバーさんがお菓子作りに追われています。

この夏は、那須どうぶつ王国のオリジナル商品「カピバラスク」の生産を手掛け、ラスク作りにあけくれました。忙しい時も、いつも笑い声が絶えない明るい事業所です。

障がい者が働く事業所で作られたお菓子のコンテスト「第 5 回スイーツ甲子園」に福島県代表として、こころん工房の「かぼちゃプリン」が出品されました。

コンテスト出品を機にリニューアル。やさしい甘さの本和香糖を使用し、かくし味に料理酒が加わりました。ピンに入って 1 個 300 円。

こころんやで近日中に発売予定。お楽しみに！

# 第9回 ころん ちゃりてぃアート展

2013年11月23日(土)・24日(日)



会場：生活支援センターころん 時間：10～17時まで（最終日は16時まで）

陶芸・絵画・写真・織物・木工などの芸術作品の展示即売会

## 寄付・寄贈をいただいた方（敬称略・順不同）

### 【寄附金】

鈴木 泰子

### 【寄贈品】

長倉 保（製菓用鉄板）



## ■□■ころん後援会にご入会ください■□■

社会福祉法人ころんは、障がいのある人びとが、地域の中で安心して生活できるよう、「障がいのある人も無い人も安心して暮らせる地域作り」を目指しています。

ころんの活動に賛同しご協力頂ける会員を募集しています。会費は無料です。ぜひご入会下さい。

### \*会員について

この会に賛同する個人及び団体または事業所を対象とします。

会員の皆さまには会報をお届けします。

各種行事等のご案内を差し上げます。（行事に、ボランティアで参加することもできます。）

活動報告	編集後記
6月 27・28日 スペシャル交流会 2013 6月 下旬 ころんや・お中元セール 7月 12・13日 JICA 海外研修 7月 19日 ジャガイモパーティー 8月 12～15日 ころんやお盆花市 9月 21・22日 きょうされん全国大会 at 磐梯熱海 9月 10日 施設交流旅行(ディズニーランド) 9月 20～23日 ころんや・お彼岸セール 10月 12日 ころんや・収穫祭 10月 15日 キックベース大会 11月 10日 スイーツ甲子園関西大会出場(ころん工房)	11月に入って急に寒さが厳しくなり、冬の準備が間に合わなくて慌てています。 ころんの敷地に大きく育った柿の収穫が終わり、干し柿作りが始まると、「いよいよ冬がくるな」と身がひきしまります。 昨冬は積雪が多く、街中ではスリップによる事故も多くありました。今年は大雪にならないように祈るばかりです。 みなさまもお体に気を付けて、年末年始をお過ごしください。
今後の予定	■編集委員■ 小野崎浩二 佐藤栄一 小林茂美 穂積浩江 金山和美 植木千花
11月 23日・24日 ころんチャリティーアート展 12月 6日 そばうち教室 12月 下旬 ころんや歳末セール 1月 6日 ころんや初売り	