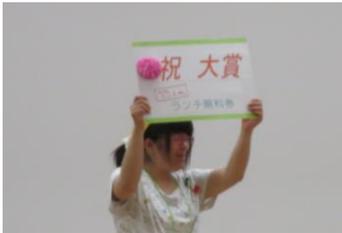


スペシャル交流会 2016

こころんスペシャル交流会 2016 が7月2日、中島村生涯学習センター輝ら里にて開催されました。テーマは、「肩抜き HAPPY! ~なるようになるさ」。参加者はこころんの他、コーヒータム、国際医療福祉大学、ボランティアサークルみなみ、まごころステーションの皆さんなど約 100 名。



ゲームコーナーでは、所属団体の垣根を越えて編成された各チームが、力を合わせてクイズに臨み、珍解答、名解答が飛び交いました。1位~3位のチームには、こころんファームの無農薬、有機栽培で育てた玉ねぎが、賞品として贈られました。

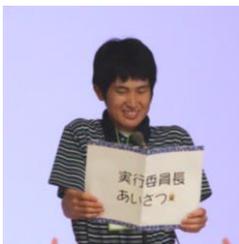


午後のプログラムの1番目、今年で第6回を迎える「こころん夢大賞」では、4名の方がエントリーし、夢や希望について5分程度のスピーチをしました。自分が詩に勇気づけられた経験から、自ら詩を書くようになり、将来詩集を販売したいという夢を語ってくれたゆっき〜なさんが見事夢大賞に輝きました。

自分史コーナーでは、3名の方がエントリー。それぞれ、自分の病気の発症の頃の話や、回復の過程、これからの希望について語ってくれました。



こころん工房のお菓子でティータイムを楽しんだ後は、中島村在住の口笛奏者・高木満里子さんのコンサートでした。高木さんは、国際口笛大会成人女子の部で優勝した経験があり、現在も各地で演奏していらっしゃいます。響き渡る高音に、口笛でこんな素晴らしい演奏ができるのかと圧倒されました。ほかにも鳥の鳴き声あてクイズや、口笛体験を交えながら、楽しい時間を過ごすことができました。



実行委員長になって

僕は4月からこころんに通い始めたので、スペシャル交流会に参加するのは初めてです。それでも実行委員長に立候補したのは、みんなの前で大きな声を出せるようになりたかったからです。

当日うまくできたことは、委員長の挨拶です。自分で考えた挨拶を読み終わったあと、みんなに拍手をされてうれしかったです。うまくできなかったことは声の大きさです。3m離れても聞こえるくらい大きな声を出すことが目標だったので、それは達成できなかったから、次の目標にしたいです。

(auraHH)

昼食は、郡山市にある就労継続支援 A 型事業所「キッチンコスモス」さんの手作り弁当でした。美味しくてボリュームもあり大好評!

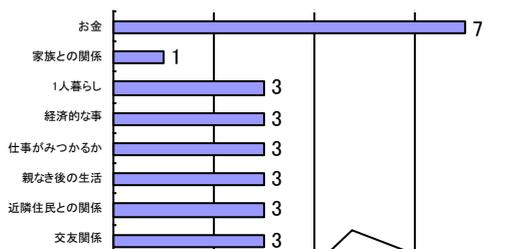


特集 グループホームってどんなところ？

こころんがグループホーム事業の運営を始めてから10年が経ちました。平成18年に「あけぼの荘」平成20年に「こころんはうす」が開所され、現在では合わせて20名を超える方が共同生活を送っています。

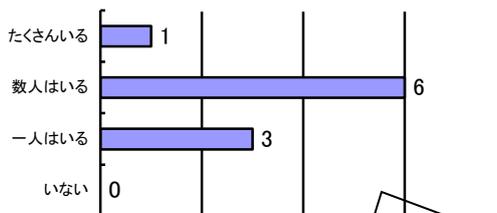
本号ではグループホーム生活の実際を知って頂き、利用可能なサービスの一つとして認知して頂ければと思います。将来一人暮らしはしてみたいけど不安…という方も是非一読してみてください。まずは、こころんの通所メンバーにグループホームについてアンケートをとりました。

生活について不安なことはなんですか？



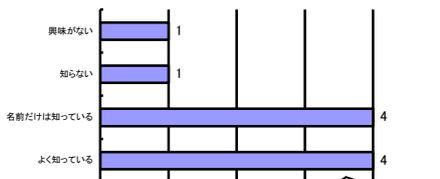
お金の不安が一番ですが、それぞれ不安に感じていることには違いがあるようです。

困ったとき身近に相談出来る人はいますか？



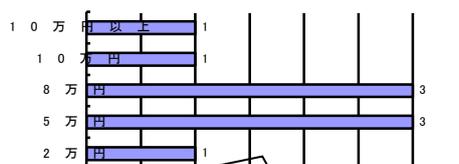
スタッフやメンバーに限らず身近に相談出来る人がいると、困ったときにすぐ相談出来ますね。

グループホームがどんなところか知っていますか？



名前だけは聞いたことがあっても、どんなことをしてくれるのか知らない人が多くみられます。

生活費は1ヶ月いくらだと思いますか？



5万円と8万円に分かれましたね。次ページのインタビューコーナーの回答を参考にして、見てみてください。

どんなサービスがあるのか？ここでは、こころんのグループホームを例に紹介していきます。

○利用の対象となる方

- ・地域で自立した生活を目指す、精神・知的障がいのある方
- ・服薬、金銭管理のできる方
- ・困ったときに誰かに相談できる方
- ・就労支援サービス等の日中活動に参加できる方

○困ったときにいつでも相談出来る

- ・生活支援センターがありますのでいつでも相談できます。
- ・日常生活を支援する世話人を配置し自立した生活をサポートします。

○栄養バランスを考えた美味しい食事を世話人が準備してくれる

- ・朝食は自分で準備して食べます。(納豆、のり、卵が毎日つきます。)
- ・夕食は世話人と一緒に作ります。日曜日については自分で作る、買うなどして準備します。

○グループホームならではのイベント

- ・誕生日には誕生会を開いて好きな食べ物のリクエストを受けて作ったり、外出に出かけたりします。
- ・季節ごとにイベントがあり、夏はバーベキュー、冬はクリスマス会などがあります。



あけぼの荘の夕食風景

グループホームの暮らし インタビュー

グループホームで生活されているAさんに、編集委員が一問一答でインタビューさせていただきました！ご協力頂いたAさんありがとうございます。

Q1 グループホームで生活するのに毎月いくらかかりますか？(家賃、共益費、食費、その他)

A 8万円くらい。(家賃 37,000、日用品 20,000、食費 10,000、携帯 9,000、ガソリン代 3,000 等)

Q2 職場や活動場所への交通手段を教えてください。

A 移動はほとんど車です。

Q3 緊急時、困ったときにどこに連絡するようにしていますか。

A グループホームの担当スタッフだね。繋がらない時はこころん。

Q4 グループホームで良かったこと、悩むことを教えてください。

A 良かったことは、当たり前だけどプライバシーが守られる一人の部屋があること。
後は友人ができたこと。

A 悩むことは、人間関係だね。みんなと上手くやれるかどうか。

Q5 グループホームでの一日について教えてください。

A 朝5時に起きて6時からウォーキングに行くのが日課です。日中は仕事に出かけて、夜は22時には就寝します。休日は車で出かけてリフレッシュしています。

Q6 貴方の「やっちゃった失敗談」を教えてください。

A 車をぶつけてしまったこと。

Q7 親元を離れて暮らしていて寂しさを感じたことはありますか？

A 特にはない。家族とは交流があり、旅行に出かけたりする。

Q8 「自分がやりたいこと」について、今の生活で叶えられていますか？

A まだ叶えられてはいない。これまでのライフストーリーを執筆していつか出版したい。
おそらく100ページは超える。これから叶えたい。

Q9 集団生活のメリット、デメリットを教えてください。

A メリット:見守りの目があるので、自分を守ってくれる安心感がある。
デメリット:対人関係のいざこざがある。

まとめ Aさんから「もっとグループホームという存在を知って欲しい。今回の特集を見て興味を持ってもらえればいいと思う。」とインタビューの感想をいただきました。今回の特集を見て、より多くの方がグループホームを知り、利用したい人がもっと意欲的に利用できるように今後もいろんな形で情報発信していきたいと思います。

ノウフク連携の気運が高まる昨今、全国的にも連携の波が広がりを見せています。当法人とこころんファームも、ノウフク連携に取り組む一施設として、様々なイベントやセミナーに声をかけて頂けるようになりました。この「土と生きる」でも、農業と福祉の融合を紹介してきましたが、今回は農場長として今、考えていることをお伝えします。

百の姓には、百の労

「百姓には百の仕事があり、必ず障害を持った人にも当てはまる仕事が見つかる」と言います。確かに仕事を細分化しやすいので、各々に合った仕事を振り分けやすい面はあります。しかし、簡単な作業ばかりではありませんし、作業量も天候や野菜の生育状況に寄るところが多く、コントロールが難しいです。

「振り回される」と言うのが大げさかもしれませんが、農業をしていると「計画的な就労(訓練)」よりも「野菜」中心に物事を進めるしかなくなります。さらに夏は暑い、冬は寒い。決して快適な環境ではありません。それでも「農業が楽しい」「こころんファームでこれからも働きたい」と利用者さんたちが言ってくれます。

必要なものは畑にある

農業の魅力とは何か。それは、自然と一緒に生きることではないでしょうか。こころんファームでは、一緒に汗してうまいものを食って、悩みや嬉しかった事、笑い話などをしながら仕事をしています。同じ土の上で話し合う感じは、会議室での会議や相談室での面談とはちょっと違います。利用者支援に必要なことの多くは畑にある気がしています。居場所、信頼する人、仲間、共感などです。これらは私自身も必要なものだと日々感じています。

こころんファームでは現在、職員2人と利用者6人で53品目の野菜を栽培、出荷しています。利益を出すのはなかなか大変で、厳しい労働に見合う十分な工賃をまだ払うことができていない状態です。利用者さんの生活もラクではないはずですが、彼らはイキイキして充実した毎日を過ごしているように見えます。「心の豊かさ」を貯金しているのかなと思っています。元気な彼らの笑顔から、私たち職員が元気をもらっているのです。

こころが豊かであること

この数値化できない「こころの豊かさ」が農業にはぎっしり。どんなに辛いことがあっても、逆境に立たされても、孤独でない事と心が貧困でなければ、必ず良い方向に行くと思っています。以下に、こころんファームで働く利用者の声を紹介합니다。

- 協力して作業することによって、チームワークが生まれ、「自分は一人じゃない」と思えるようになった。作業を終える充実感もあるが、一人で終えるより、みんなで達成感を共有すると倍の喜びがある。
- 車のはまって一緒に押したり、泥道で一緒にすっ転んだり、いきなり的大雨でみんなでビショビショになったりとアクシデントもあるが、それも楽しい。
- 食の大切さ、残さず食べることを考えるようになった。体中や五感を使って働くと腹が減りメシが美味しい。よく眠れることが嬉しい。身体が鍛えられる。
- 自然の中で生きようになって、変えることのできない事(障がいや他者)に対し受容ができるようになった。
- 人から頼りにされることが嬉しい。

こころんファームのコンセプトは、「共に生きる。そして感動」です。多様性が叫ばれる、この時代にぴったりだと思いませんか？人も動物も虫も野菜も、生きているのは人間だけではないのです。クーラーも暖房も快適ですが、汗して一生懸命働いた後に食べるもの、飲むもの、すべてが美味しいのなんの。感動と感謝につながるのです。(合掌)



活・動・報・告

登山

平成 28 年 6 月 14 日、安達太良山登山に参加しました。現地では濃い霧がかかり、涼しい空気が漂っていました。山の麓から中腹にかけて、山道には沢のように雨水が流れて、風流な感じがしました。しかし、足場の岩や石が濡れていたため、滑らないように気を付けて登りました。山道際には高山植物の花が咲いていて、気持ちの疲れが癒され、思い出として写真を撮りました。

頂上付近になり、少しずつ開けていき、周囲は新世界にいるような感覚で空気が冷たかったです。体力が徐々に落ちていきましたが、「諦めずに頑張ろう！」と懸命に登り、無事に登頂成功しました。諦めない気持ちを持ったことで、達成感を味わえて気分爽快でした。

帰りは、無事下山して疲れた体を、温泉に入って心身共に癒されました。外に出て自然に触れたことで、精神のバランスが整えられたように思いました。来年も登山に参加して、気持ちをリフレッシュしたいです。(@mi-ku)

私は安達太良山に登るのは初めてなので不安でした。だから初級コースを選択しましたが、周りから「登るなら頂上まで行こう！」と言われ、行けるところまでチャレンジしてみる事にしました。

そこで、歩きながらしりとりをしたり、話しながら登っていくと、あっという間に着いていました。

あいにくの天気で足元がぬかるんでいたり、美しい風景を拝めなかったけれど、みんなと頂上で食べたお昼は、いつもよりおいしく感じ、最高の時間を過ごせてよかったです。(ゆっきーな)



花見の後は、運動するのも、昼寝するのも自由！

毎年恒例、花見の昼食は、なごみの家の手作り弁当

花見

4月8日はころんのレクレーションで花見でした。行く日の1週間前、いつも通所に使っているバイクが壊れてしまって、意気消沈。申し込みしていた花見をキャンセルしようところんに連絡すると、「いつもがんばっているから花見に参加して」と、スタッフが家まで迎えに来てくれて、参加できることになりました。

花見の当日、ころんからバスに乗り、黒磯公園に向けて出発したところ、今度はバスがエンジントラブルで一時的に動かなくなり、たどり着けるのかどうか心配になりましたが、なんとか目的地に着いて無事帰ってきました。

花見は楽しかったのですが不安が大きく、一時はどうなるかと思いましたが、その分思い出に残る花見になりました。

(関根勝明)



施設だより

～こころんの各施設の近況をお伝えします

なごやかな家＝なごみの家

太陽の光を浴びて、青々と生い茂った葉たちがキラキラと笑っているように、今日もなごみの家には、楽しい笑い声が響き渡っています。

私は、なごみの家で昨年9月から勤めております。主に内職を担当しております。内職は、付箋の頭出しの作業が主ですが、1日に数千枚、多い時には1万枚以上の製品を仕上げなければなりません。ひとりでは気が遠くなるほどの量ですが、みんなでとりかかると、たくさんの数をも容易にこなしてしまいます。結集の力はすごいなと改めて実感しました。ひとりの力には限りがありますが、その限りある力が集まると、限りのない大きな力になるのですね。

「なごみの家」は、その名の通り、「なごやかな家」そのものです。我が家のようにくつろげる雰囲気、とてもアットホームな温かい所です。個性豊かな皆をまとめる小林所長を先頭に、なごみの家の皆さん、それぞれの人柄や意識が、そんな素敵な和みの空間を作っているのだと思います。それぞれに輝く特性たちに関わりながら、自分自身も磨かれていきたいです。(鈴木心)



私の好きな時間●こころや

こころやで働くようになって4年目になりました。私の仕事で1番好きで楽しいのが餃子作りです。餃子の具作りもしていて、キャベツ、ニラ、ねぎ、豚ひき肉を入れ、調味料に醤油、ごま油、オイスターソース、料理酒、こしょうを入れます。ニンニクは入っていません。おかげさまでこの手作り餃子は、こころやで人気商品になりました。



私にとって餃子を包んでいる時は、集中していてなんとも言えず充実感を感じる大好きな時間です。他にも野菜を切ったり、団体のお客様が来た時にランチの盛り付けをしたり、楽しい仕事があります。

こころやで働くようになって良かったことはたくさんありますが、1番は仲間ができたことです。一緒に仲良く働いている時間が楽しいです。それまで家でひきこもりをしていたので、今は幸せを感じます。

私達と一緒に、こころやで働きませんか？お金も多少たまりますよ。みんなでイキイキと過ごせたらいいですね。(K.N)

たまごが！！いっぱい！●こころん矢部農場

こころん矢部農場では、トサカが1cm くらいの状態のヒナ鶏を仕入れ、育てています。5月に新しく入ったヒナ鶏の卵は「ヒナの卵」として販売していましたが、この「ヒナの卵」は栄養化が高いと人気です。5月にはトサカも5cm くらいに立派になりましたが、トサカが大きくなると卵も大きくなっていくのです。

毎日、エサを1回、水を3回やって大切に育てた鶏たち。生き物はとても正直で、厳選したエサを適切な量をあげることで、美味しい卵になるのですね。

鶏舎での仕事はほかに、集卵や選別作業があります。集卵は、鶏が産んだ卵をひとつずつ集めて、卵座というトレイに並べます。選別作業では、集卵した卵を選卵機に流します。すると、2L、L、M、MS と重量別に分かれて出てきます。出てきた卵を布でふいて、箱やパックに詰めます。

鶏卵を育てるのには、このようないろいろな作業がありますので、体験してみたいという方がいましたら、大歓迎です。(星みつえ)



平成28年度事業報告～平成28年度第1回理事会より

5月28日、生活支援センターこころんにて、社会福祉法人こころんの平成28年度第1回理事会および評議員会が開催されました。議題として、平成27年度事業報告と決算報告、監査報告が行われました。事業報告では、こころんの各施設の所長から日頃の活動や課題について報告し、理事の方々より質問や助言を頂きました。

事業報告資料より、「事業の成果」についてご紹介いたします。尚、決算報告につきましては、社会福祉法人こころんのホームページ(<http://www.cocoron.or.jp/>)にて公開しておりますのでご参照ください。

●平成27年度事業の成果



震災から5年が経ち、こころやの風評被害は、こころんファームの農薬、化学肥料を使用しない野菜や、体にやさしい調味料、加工品をセレクトして販売するなどの努力を積み重ねた結果、年間を通して安定した売り上げ確保ができたことで、売上、来客数共に大きく伸び、震災後の影響はほぼ回復しています。

また、福島県の「ふくしま恵み PR 支援事業」等の支援や、泉崎村のふるさと納税の返礼としてこころや商品を利用して頂き、売上は前年度比 113.8%と過去最高を記録しております。

こころや以外の作業では、農業が少しずつ伸びてきております。昨年はビニールハウスを2棟増やし、冬場の作業がやりやすくなりました。11月には泉崎幼稚園児の農作業体験を開催し、子供たちの元気な声が農場に響きました。

海源卵や野菜を利用したドーナツ店や、ファームの野菜を使った餃子店などと契約し、企業との連携も増えました。全国的にも農業に取り組む福祉事業所が増加し、見学者は昨年の133%となっています。また、農福連携事業が注目され、福祉事業所のマルシェが農林省の駐車場、福島県庁の消費組合などで開催されました。こころんの商品の質の高さが注目されているところではありますが、他の事業所の商品も、品質、デザイン共に良質となり、今後の農福連携製品に期待が寄せられているところです。

ランドセルやポストイットなどの下請け作業も仕事量が増え、途切れることはありません。

グループホームやホームヘルプサービスについては、病院からの地域移行が進められていることもあり、利用者の高齢化、重度化の傾向にあり、介護の必要性や病院、関係機関等との連携が不可欠です。

制度や社会情勢が変化する中、対応の柔軟性がますます求められてきています。

こころや 10周年記念感謝祭

2016年10月15日(土) 10～14時 (店舗営業は18時まで)

おかげさまで直売・カフェ こころやは今年で開店10周年を迎えます。
日頃のご愛顧に感謝をこめて記念祭を開催します。



模擬店(コロッケ、豚汁、チョコバナナ等) キッズコーナー
寄せ植え教室や農業体験など、イベントを企画中です。お楽しみに!



会場：こころや 西白河郡泉崎村大字泉崎字川畑 37-1 TEL 0248-53-5568

こころん勤続10年表彰！

7月2日、スペシャル交流会の開会式の中で、サプライズ企画「こころん勤続10年表彰式」が行われました。これは、平成18年10月に自立支援法が施行され、こころんが就労支援事業を始めた時から、訓練を続けてきたメンバーさんを表彰するものです。

10年の間にはたくさんのメンバーさんが訓練し、一般就労へと旅立っていった方もいますが、「こころんでずっと働きたい」と希望し、10年の間、こころんの発展に貢献し続けてくれた方がいます。ひとつの会社で10年働き続けることは、簡単なことではありません。みなさんの10年の努力に感謝します。

当日、交流会に参加していた受賞者3名には、社会福祉法人こころん・関理事長より表彰状と記念品が手渡されました。



平成28年度 勤続10年表彰対象者

《こころや》	《なごみの家》
小松 寛さん	金子繁夫さん
佐藤栄一さん	小林 榮さん
菅原悦夫さん	渡部ひとみさん



寄付・寄贈をいただいた方 (順不同)

【寄附金】 公益財団法人ヤマト福祉財団 様 大野 静子 様
 【寄贈品】 八雲団地八雲会様 (カンナ球根)

ヤマト福祉財団福祉助成金贈呈式に参加しました



公益財団法人ヤマト福祉財団による平成28年度福祉助成金贈呈式が5月23日、芦ノ牧温泉丸峰観光ホテルで開催されました。これは、福祉施設を運営する全国の事業所を対象に支援している助成金で、本年度は福島県内ではこころんが選ばれ、こころやの施設改修費用として200万円の助成を受けました。

この日、同財団からはヤマト運輸東北支社長 大串隆司氏などヤマト職員約150名、こころんとこころやからは熊田施設長ほか3名が参加し、こころやの鈴木店長が、「いただいた助成金により、こころやの売上を向上させ、利用者の工賃アップにつなげていきたい」と話しました。

活動報告		編集後記	
4月8日	レクレーション：花見	季節は夏を迎え、暑い日が続いておりますが、みなさん、いかがお過ごしでしょうか。 私はといたしますと、先日金魚を1匹いただきまして、水を替えたり、エサをやったりと金魚を眺めています。 パクパクとエサを食べる金魚の姿を見ていると、気持ちほのぼの。そして、心なしか涼を感じる気がしています。(茂美)	
5月17日	こころや：ミニ・リース教室		
5月23日	ヤマト福祉財団・福祉助成金贈呈式		
6月14日	レクレーション：登山		
6月21日	こころや：エゴマ油活用法と試食会		
7月2日	こころんスペシャル交流会 2016		
7月19日	こころや：豆腐作り体験会		
8月10～16日	こころや：お盆花市		
今後の予定			
9月19～23日	こころや：お彼岸セール		
9月30日	施設交流旅行		
10月15日	こころや10周年感謝祭		
11月19・20日	こころんチャリティアート展		
12月20日	こころや：歳末セール		

