

こころん 通信

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>



あけましておめでとうございます

平成の元号も4月いっぱいまで改元となります。明治・大正・昭和の三世代を生きぬいた等という常套語がありましたが、今度は「昭和・平成・〇〇」というような工合になるのでしょうか。

およそ平成の半分をこころんは経て来ました。去年は念願叶い、養鶏場の移転・新築が実現。この春までに作業場も出来上がります。なごみの家の惣菜部門は、12月いっぱいまで終了しましたが、新しい事業を計画中です。

一昨年、「ディスカバー農山漁村の宝」特別賞5カ所のひとつに選定され、そのこともあり、昨年のアウン・サン・スー・チーさんのこころやご来臨にもつながって来たものと存じます。

これは、こころんが何かをつくっているのではありません。地域・社会に支えられて育てられているのです。感謝の限りです。海の浮力の様なものを感じます。時の流れ、時代背景により、こころんの将来はどうなるのかは予想もつきません。世代の交代のうちにも、これまでの教訓(レッスン)をいかに生かして、母なる海を航海して行けるか。荷を軽くすることも必要かも知れません。

不易流行。障がいのある人も、障がいのない人も、共に生き甲斐をもって過ごすことの出る地域づくりに努めて参ります。倍旧の御支援、ご指導、御鞭撻をお願い申し上げます。

社会福祉法人こころん 理事長 関 元行



さよなら平成特集

平成の思い出&やり残したこと

平成も残すところ4か月足らず。
30年間続いた平成は、平成生まれにとっては人生そのもの
昭和生まれにとっても、それまでの人生が変わる30年だったのでは？
みなさんにとっての「平成」を教えてください

平成の思い出

방탄소년단 치고 ~
반장소년단 치고 ~
た〜さんk-POPの
CDと雑誌が買ったの
BTS 너무 멋있다 ~
1인 모닝
名前 ブイ

ファームの仕事を頑張った。
足腰が丈夫になった。
こころんのレクレーションが
楽しかった。
名前 後藤孝二

① 安室奈美恵さんの
コンサートへ2016.12月に行ったの
② 2011年3月11日に震災が
あったけど、家族と乗り越えたの
③ こころんを、沢山の人達に
出逢えて幸せです。
名前 ゆみりん ☆

家族といわれたこと
たまに友達に会えたこと
こころんで過ごしたこと
名前 ナウ

いろんな意味で
過去の自分がいとおしく思える
あけぼの荘に出会えた。
名前 A.K.B

Porno Graffiti
Live に行けた事です!
名前 ゆきこ

THE ROLLING STONES
の東京公演を観た
and
こころんの通所
名前 Age 51

今まで他人事のところもあった
「災害」の恐ろしさを直に味わ
ったこと
名前 K.F



震災
名前 T.T

こころんに来る前は、東京にい
て役者さんを目指しておりました。
TVに出て、みんなを喜ばすの
が、自分の思いであります。
名前 加藤貢市



金欠
名前 S.K

こころんメンバーに
なったこと
名前 緑川克也

激動の時代
ロボットの時代突入
名前 ねこじゃらし

あけぼの荘の忘年会で
スタミナ太郎で楽しく
食べたこと。
名前 佐藤達也



みんなでゲームをしたり
アニメを観たり
どこかにおでかけしたこと
です
名前 齋藤智也

こころん施設交流旅行
名前 さやひー



こころんの人たちとカラオケや旅行に行けなかったことです。今年の目標は、こころんのイベントやカラオケやいろんなことに参加することです。

名前 加藤貢市



こころん在職者交流会「エキサイト」泊まりでまたやりたいです。

名前 生協

とくになし。

名前 T.T

ダイエット
お金との付き合い方

名前 さやひー



やせたからこのし、
やせられなからこのし

名前 ぽんちゃん

もっと自分自身を
強くしたかった。

やさしい私を

求めて行こう!!

名前 A.K.B

(おたらの帯)



退職した後、こころんに通えるようになったが、「就職」にはたどりつけなかったこと

名前 K.F

去年かぜで授産場を休んで、仕事できなかったこと。

名前 佐藤達也



私はとにかく、薬と、スタッフや利用者からのアドバイスや、私のことを心配してくれる人への感謝が足りないことです。

名前 黒澤早苗

貯金

名前 S.K



MINIのオーナーに成る

THEコロロズのオリジナル曲着手
そしてライブハウス デビュー

名前 Age 51

ドローンの操縦
気球に乗りたかった

名前 ねこじゃらし

旅行に行くこと

名前 ナウ

みんなに話しかけることと
部屋をきれいに片づける
ことです

名前 齋藤智也



部屋の掃除を
やろうと思ったけれど
できなかった。
コミュニケーションを
もっととればよかった。

名前 後藤孝二

A型になって、自らの生活を改善。



名前 ゆっきー子

もっと作業ができたと思う。
コミュニケーションがうまく
とれるようになれなかった。

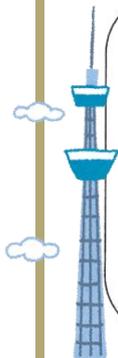
名前 緑川克也

① イラストレーターの仕事
が出来なかった。

② スカイツリー

に行きたかった。

名前 ゆみりん



平成が終わるまで
まだ3カ月以上ある!
あきらめずに
チャレンジ!



土と 生きる

..... 玉ねぎでJGAP取得 ～こころんファーム



農業生産工程管理(GAP)とは

GAP(Good Agricultural Practice: 農業生産工程管理)とは、農業において、食品安全、環境保全、労働安全等の持続可能性を確保するための生産工程管理の取組みのことで、その日本における認証がJGAPです。

これを我が国の多くの農業者や産地が取り入れることにより、結果として持続可能性の確保、競争力の強化、品質の向上、農業経営の改善や効率化に資するとともに、消費者や実需者の信頼の確保が期待されます。

JGAP取得を目指して

福祉事業所がGAPを取得するメリットは、利用者の皆さんが整理整頓、労働環境に配慮された職場で仕事をすることができ、分かりやすく、安心して働けることではないでしょうか。

かつてのこころんファームは、日々の作業に追われるばかりで、まさに3Kの職場！暑さにも寒さにも負けず頑張ってくれるメンバーに少しでも快適な環境と思いつつも、どこから手を付けて良いかわからない状態でした。そこで、JGAP取得を目標に、環境整備とルール作りに取り組むことにしたのです。

主力商品のたまねぎでJGAP取得！

GAPの認証対象の品目は「たまねぎ」、生産工程カテゴリーは「青果物(栽培・収穫・取扱い)」、取扱い設備は「出荷調整庫」「保管所」等です。JGAP 指導員より指導をいただきながら、設備や体制を改善し続けて、昨年 11

月に認証を受けることができました。準備期間に 1 年間かかりましたが、玉ねぎに限らず、ファーム全体の仕組みの改善につながり、その効果を実感しています。

更なる目標として、JGAP認証が条件となっている、2020 年東京オリンピック・パラリンピックへの食材提供をめざしたいと考えています。(関根)

←新しい出荷場。GAP 認証に向けての取り組みについては、次号のこころん通信「特集！農業天国」でご紹介する予定です。



1 等米できちゃいました～！

10 月下旬、泉崎村内 3 か所でお借りしている田んぼで、自然栽培米「コシヒカリ」の稲刈りをしました。栽培期間中、農薬・肥料・堆肥を使わずに水、土、太陽の光から得られる自然の栄養と植物自身が持つ生命力で育てる「自然栽培方法」にチャレンジして 2 年目。前年は勝手が分からず、失敗してしまった田もありましたが、今年は 3 か所全てで収穫し、米の総量は 22.5 俵。しかも、農協の等級検査で「一等米」の評価を受けました。

多くの農家さんが農薬を使って一等米を目指しているところ、農薬無しでも一等米ができることが実証され、連携している福島県農業総合センター(有機推進室)からも普及と推進に大きな期待を寄せていただいております。

休耕田をお借りして手さぐりで始めた自然栽培米作り。衰退する農業に歯止めをかけるのは農福連携ではないでしょうか。

この一等米「こころん米」。みなさまにぜひ味わって頂きたいと思い、昨年末より、こころんやのカフェのランチメニューは「こころん米」を使用しています。ぜひお立ち寄りのうえ、ご賞味ください。(関根)



活・動・報・告

施設旅行・日光&鬼怒川

9月28日に日光への施設交流旅行に参加しました。最初に鬼怒川ライン下りコースと龍王峡コースに分かれました。私はライン下りに参加しました。

初めて船に乗りました。その日は、いつもより川の水の量が少なかったため、あまり迫力がありませんでした。船に乗っている時、船頭さんが皆に説明して楽しませてくれました。途中で岩があってその形が熊だったり、ゴリラだったり、船の形をした岩もありました。すごく似ていました。

それから、船のこぎ方は、前にいる船頭さんは12か月で覚えられますが、後ろにいる船頭さんは2年くらいしないと覚えられないと聞いてびっくりしました。またライン下りをしたいです。

午後からは、日光東照宮を見学しました。ガイドさんが丁寧に説明してくれて、すごく分かりやすかったです。施設旅行に参加して、いろいろな人とコミュニケーションがとれて、楽しい1日になりました。(ユノユノ)



運動は心の栄養

12月14日のレクリエーションはスポーツでした。昨年に続いて、私は2度目の参加となりましたが、昨年とは違った気付きを見つけることができました。



体力とは、普段生活していく上でもかかせない部分です。昨年の私はただただ「疲れるな」「つらいな」といった感じでしたが、今年はそれらが「楽しいな」と思えてくるようになったのです。

体力というものは厄介なもので、一朝一夕にはつきません。ですが、その先に「楽しかった」「またやりたい」といった感情が芽生えてくるのではないのでしょうか。それこそが、『こころの栄養』であり、今の私たちに必要なものであると体感できる良い機会となりました。存分に楽しませていただき、ありがとうございました。(深谷和稔)

お金あるある

眠り猫の貯金箱

私は日頃、妹からもらったチョコレートの入れ物に1円玉と5円玉を入れて貯めています。

先日の日光への施設旅行で、私は眠り猫の貯金箱を買いました。1円玉と5円玉で1,000円貯めたことがあるので、それを目指します。

頑張ってねむり猫をお金でいっぱいにして、1,000円貯めるのを目標にします。(ゆみりん)

●●● 投稿募集中! ●●●

みなさんの投稿を募集しています。金銭管理に関するエピソードや、みんなに伝えたいことをぜひお寄せ下さい。

宛先: こころん通信編集委員会 (根本、植木)
FAX 0248-53-3063 MAIL shuro@cocoron.or.jp



WEBココロや 楽天市場店がはじまりました

直売・カフェココロやがインターネットショッピングモール楽天市場に出店しました。従来の通販サイト(本店)も営業中ですが、eコマース充実による商品の販売促進をめざし開設をしました。

支払い方法はクレジットカードに加え、銀行振り込み、コンビニ、郵便局ATM、そして楽天スーパーポイントが使用でき、お買い物が簡単にできるようになりました。

現時点では、こころんファーム養鶏場の「平飼卵こことま」、こころん工場の「焼き菓子セット」のみですが、今後は商品数を増やしページの改善を検討しながら、売上向上につなげたいと思います。

是非、一度ご来店ください!

◆直売・カフェココロや 楽天市場店 <https://www.rakuten.co.jp/farm-cocoroya/>

◆直売カフェココロや本店(天然のインスリン・菊芋販売中) <http://www.cocoron.or.jp/store/>



施設だより

～こころんの各施設の近況をお伝えします

ミャンマー視察団来村●直売・カフェこころや・こころんファーム

ミャンマーの国家最高顧問アウン・サン・スー・チーさんら視察団が10月7日、直売・カフェこころや及びこころんファームを視察しました。

これは、8日から都内で開催される首脳会議に参加するために来日したスー・チーさんが、「(同国に)担い手不足による有休農地の問題があり、また日本の有機農業を視察したい」と希望して今回の視察が実現したとの事。

こころやでの意見交換会には、ミャンマーからはスー・チーさんを含め大臣ら9名、日本の外務省・農林水産省などからは4名、福島県からは昌利行副知事、久保木正大泉崎村長、有賀良雄入方ファーム代表、そして、こころん関係者として関元行理事長、熊田芳江施設長が参加しました。

意見交換会後の農場視察としてオクラ畑をご案内する中、こころんファームの関根農場長は、無農薬で約50品目の作物を作っていること、栽培中の菊芋やオクラについて説明しました。(高澤)



私と自転車とお仕事●直売・カフェこころや



実は、私には目の病気があります。5年前の定期検診で見つかりました。眼科に通い、朝晩と点眼しています。でも、だんだん視野が狭くなり、車の運転が危なくなりました。こころやの店長、眼科の先生に相談し、ついに一昨年11月初め、車に乗ることをあきらめました。それから、車のない生活の始まりです。散歩も嫌いな自分が、新しい生活スタイルを受け入れ、変わらなければならなかったのです。

今、こころやへは、電車と自転車で通っています。地域で回覧配りの仕事もしていますが、自転車で配達しています。少しずつ慣れてきましたが、足の痛み等、慢性の筋肉痛は変わりません。痛みや辛さに耐えきれず、スタッフに愚痴をこぼしたりしています。時には職場のメンバーさんにあたってしまったこともありますが、歳とともに足腰が弱っていた自分に、あるスタッフさんから「痛みも辛さも将来の自分の為になる」と言われ、なんとか頑張ってきました。

車なしの生活に移行し、1年が経ちました。今も雨の日などには元気な父に頼ってしまうのですが、ゆくゆくは自分の足で歩けるように、自分の気持ちに負けないように、「身体の痛みや辛さに耐えられるようになりたいです。

(佐藤栄一)

ここたま誕生記念感謝祭●直売・カフェこころや

10月13日、こころや秋の恒例行事の感謝祭を開催しました。今年は、昨年春に養鶏場を移転・新築して新発売した「ここたま」が主役です。ここたまのブースでは、ゴルフボールを使った、卵のつかみ取りが大盛況でした。1人で20個も両手に抱えて、満足そうな人もいました。

こころやも負けてはいません。棚いっぱい野菜、加工品、惣菜が並べられ、お客様が買物を楽しんでいました。会計を待つ人の列が店内を一周する程です。

私は、こころや自慢の峠味噌などの加工品を売る担当になりました。大きな声を上げ、お客様の目に届くように、少しでも多く売ろうと宣伝しました。会計を待つ人が興味を持ってくれ、商品の半分以上が売れました。感謝です。

最後に、いつもいつも見守ってくれているスタッフの皆さんに感謝します。(佐藤栄一)



平飼いになって生まれ変わった「ここたま」。
○×クイズで、その美味しさをPRしました。

こころんチャリティアート展開催

第14回こころんチャリティアート展を11月23日・24日に開催しました。絵画・陶芸・手作り小物など31名の作家の作品と、こころん絵画教室、カラーセラピー教室の生徒の作品を販売しました。また、カラーセラピーや手作り体験など、気軽にアートを楽しめる体験教室を開講し、2日間で約300名のお客様にご来場いただきました。ありがとうございました。



カラーセラピー教室の生徒がハートを描いたエコバッグに、野菜やお菓子などのこころん製品が詰まった「はっぴー♡バッグ」。



手作り体験は、初日がドールフェイス、2日目はハリネズミ作り(写真)。子供から大人まで大盛況でした。



こころん茶道クラブのお手前。今年はイス席で参加できるようになりました。お琴の演奏会も開催。



屋外では、こころんファーム、こころや、ここたまファーム、バザーコーナーが出店。寒い中、がんばりました！

実行委員長 ● メッセージ

アート展で僕は、肉まん・おでんを販売しました。他にも会場には、ファームのミーゴレンや玉ねぎスープの販売、こころん工房のお菓子の家作りコーナー、メンバーさんの描いた絵の販売などがありました。

この笑顔でお客様を呼び込み、おでんは初日に2日分を完売！慌てて具材を追加で仕入れました。



1年をふりかえって●あけぼの荘

今年は、あけぼの荘に新しい風が吹きました。1年間に新しいメンバーが2名入居し、雰囲気明るく変わりました。

談話室では、みなさん仲良く今日あった出来事などを報告し合ったり、笑い話をたくさんしたりと、毎日笑顔が絶えず、楽しい生活場所になっていると思います。

行事もたくさんあり、お花見、バーベキュー、忘年会など、メンバーみんなで美味しい物を食べたりして、日頃の疲れやストレスを発散しています。

また、あけぼの荘を退居し、新しい生活を始めた方がいます。長年の一人暮らしの夢を叶え、元気良く楽しく過ごしています。しかし、良いことばかりでなく、2名の方が立て続けに入院になってしまいました。元気になって笑顔で戻ってくるのを待っています。

みなさん、笑顔が絶えない「あけぼの荘」に、一度遊びに来てみて下さい。(数馬)



あけぼの荘の食堂にて



こころん新年会では、あけぼの荘チーム対在職者交流会エキサイトチームで対決。「たいて、かぶって、ジャンケンポン！」で熱戦を繰り広げました。

ありがとうございます！



こころんファームに軽ダンプがきた！

平成 30 年 8 月、日本財団様の助成金「障害者支援施設(就労継続 A・B・移行)の車両整備」として、こころんファームでの使用を目的とした軽ダンプを購入させていただきました。

同年 5 月白河市田島地区に新設した平飼養鶏場の鶏ふん運搬や農作業全般に有効利用させていただいております。ありがとうございました。



たまねぎで農業体験

10 月 20 日～31 日の約 10 日間、こころんのメンバー 10 名が、たまねぎの苗植え、定植などに挑戦しました。

この体験教室開催にあたり、福島県の農業体験・研修農園整備遊休農地活用推進事業から助成を頂き、玉ねぎロケット(定植機)と苗、牛糞堆肥を購入しました。また、平成 29 年度住友ゴム CSR 基金様より助成いただいたマルチャーも大活躍。

作業し易くなることで、こころんファームで新しく農業に取り組むメンバーが増えることを期待しています。



寄付・寄贈をいただいた方 (順不同)

【寄附金】 石下峻一郎様 鈴木泰子様 匿名 I 様

活動報告	編集後記
9月 19～24日 ころや：お彼岸セール 9月 28日 施設交流旅行(日光・鬼怒川) 10月 13日 ころや：ここたま誕生記念感謝祭 10月 18日 ハローワーク主催障がい者合同面接会参加 11月 23・24日 ころんチャリティアート展 12月 14日 レクレーション：スポーツ 12月 14～16日 福島銀行障がい者施設製品 大展示即売会出店 12月 15日 ころやマルシェ 12月 18日 防災訓練 12月 29日 大掃除 1月 7日 仕事始め 1月 12日 ころや初売り 1月 14日 新年会 at 中島村輝ら里	お正月は穏やかな天気恵まれて、すっかり休日を満喫した私ですが、みなさんはどんなお正月でしたでしょうか？ 正月休み中に散歩をしていたら、親子で凧揚げをしている風景に出会いました。 凧揚げ、懐かしいなあ。子供の頃、手作りした凧で遊んだことを思い出しました。結構高くまで上がったんですよ。  さて、新年にあたり、いくつかの目標をたてました。目標に向かって、1日1日を大切に生きていきたいと思っています。 (茂美)
今後の予定	■編集委員■ 今宮智真 小林茂美 佐藤栄一 森 智美 渡部ひとみ 植木干花 高澤宣彦 根本翔太
1月 22日 ころや：ラギ粉のアップルパイ教室 1月 27日 ころん家族学習会 2月 12日 ころや：チョコレート作り教室 2月 19日 ころや：フリッターと白菜のポタージュ教室 3月 18～23日 ころや：お彼岸セール	