

こころん通信

第 16 号

平成 20 年 11 月 10 日発行

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>

ディズニーランドに行ってきました!



7月14日と15日の2日間、施設交流旅行に行きました。ディズニーランド旅行は、こころん設立当時の念願とあって、こころん、こころや、なごみの家、あけぼの荘のメンバー総勢37名(過去最多!)の参加となりました。

初日の目的地は東京ディズニーランドで、6人程度のグループに別れ、それぞれ自由に行動しました。

どのグループも絶叫系のアトラクションに乗ったようです。中には、ビッグサンダーマウンテンに連続3回乗ったという強者もいましたし、ゆっくりしたいからとコーヒーカップに乗った方が高速で回さ

れ、白目をむいてしまうというハプニングもありました。

夜のパレードまで満喫するグループ、早々にホテルに引き上げパブで一杯楽しむグループもあり、それぞれの夜を楽しんだようです。

次の日は葛西臨海水族園に行きました。館内では館内ツアーに参加したり、ペンギンショーでクイズに挑戦したり、マグロの回遊する大水槽前でゆったり鑑賞(居眠り?)するなど、楽しみ方もいろいろでした。

帰りのバスの中では早くも来年の旅行について、「温泉に行きたい!」「座敷で宴会がしたい!」「次はディズニーシーだ!」などさまざまな意見が飛び交い、日頃のストレスを浦安にポンと置いてきたような、すっきりした笑顔が並んでいました。

ゲストアシスタントサービス

東京ディズニーランドでは、障がい者向けに「ゲストアシスタントカード」というサービスがあります。

各アトラクションの受付でカードを掲示、一般客の待ち時間と同じだけ時間が経過した時刻を記載してもらいます。その時間に行けば、並ばずに乗ることができます。

今回の旅行は、炎天下に人ごみに並ばずに済むこのサービスにとっても助けられ、おかげで、具合悪くなる人がなく、旅行が楽しめました。



目次

P1・・・ディズニーランドに行ってきました!

P2・・・第7回こころん総会・記念講演会

P3・・・映画「ふるさとをください」上映会

P4・・・このごろのこころや

P5・・・JICA研修/里山再生プロジェクト

P6・・・みんなの広場

P7・・・こころん就業セミナー

P8・・・行事予定

第7回こころん総会 記念講演会



5月31日(土)に白河市東文化センターで、NPO法人こころん第7回定期総会が開催されました。

総会では、平成19年度事業及び決算報告、平成20年度事業計画及び予算について慎重審議され全議案が承認されました。

就労移行支援・就労継続支援事業も2年目となり、特別手当導入による工賃アップ、施設外支援やジョブコーチ事業を開始など、利用者の一般就労に向けて取り組んでいます。また、第2グループホームであるこころんはうすの開所、ホームヘルプサービス事業など、地域自立支援の充実をはかってまいります。

今年度の重点目標は以下の通りです。利用者視点にて積極的に事業展開をしてまいります。皆様方より温かいご支援とご協力をよろしくお願いいたします。

こころん役職員一同

今年度の重点目標

就労継続支援A型(雇用型)事業を視野に入れた、就労訓練している方の工賃アップ
一般就労へ向けての総合的支援
一般就労への移行を目標人数4人とする。
グループホーム・ケアホーム事業
病院と連携して退院の促進を支援し、定員38名枠のフル活用を目指す。
地域生活移行(退院促進)事業の促進

チャンスは誰にでも 与えられるべきものです

総会に続き、「チャンスは誰にでも与えられるべきものです」と題し、広田和子氏(精神医療サバイバー)にご講演頂きました。

自ら医療ミスにより緊急入院・その後精神障がい者として生きることとなった体験を元に、「社会に出て、自分の病気を人に話すことが、精神障がいについて理解を広めるチャンスだ」と教えて下さいました。

後半はこころんの利用者5名が、「当事者からのメッセージ」として、自分の病歴や現状、将来の目標などを語りました。5人はこころんで訓練中の方、一般就労で働いている方、グループホームで生活する方などおかれている状況はさまざまですが、自らの言葉で「障がいと共に生きる」ことについて発表し、参加者から大きな拍手を贈られました。



映画「ふるさとをください」上映会

8月23日、24日の2日間、きょうされん30周年記念映画「ふるさとをください」の上映会を開催しました。

各回の上映開始時にはころんのメンバーが舞台挨拶に立ち、映画を通じて障害についてもう一度一緒に考えていただきたいと訴えました。

2日間計5回の上映を、延べ600名を超えるお客様にご鑑賞いただきました。ありがとうございました。

私も観ました！

～来場者アンケートより抜粋～

こういう活動を通じて、社会から偏見をなくして欲しいです。精神障害がどういうものなのか簡略に説明されている映画です。まだまだ当事者への理解が足りないと思います。どうしても偏見の目で見てしまう統合失調症ですが、あらためて「普通の人であること」を心に刻みました。正しく理解し支えあうことで、より効果が上がることを確信しました。ところが洗われ、改めて人への思いやりが大切と教えていただきました。障がい者の親として、涙を流したり笑ったりしながら観ました。



【8月23日(土)】
白河市文化センター
【8月24日(日)】
棚倉町文化センター倉美館

上映会を終えて

この映画は精神障がいに関わる団体・きょうされんが、精神障がいを沢山の人たちに理解していただくために制作した映画です。今から30年前、和歌山県の「麦の里」という精神障がいのある人が働く福祉施設と、当事者、地域住民との対立と和解を描いたストーリーです。

映画の中で地元の一部の人たちが、精神病患者の実態も調べずに「犯罪を犯す危険な存在だ」と思いこみ、差別しています。実際、現在でも「精神病患者は危険な存在だ」と認識している人がいます。

この映画に対するアンケートで、「精神障がい者に対する偏見や誤解がなくなりました。」と書いてくれた方が何人もいて、確かな手ごたえを感じました。また、「この映画が全国放送されれば、どれだけ助かるかわからない」という話も出ました。私も同感です。

映画の最後はハッピーエンドで、福祉施設と精神障がい者は、差別をもって対立していた地元の人々に受け入れられて和解します。つらい場面もありましたが、この映画は確かに現実を表現していました。現在でも、日本で精神障がいを理解している方は、一部と言っているくらいに少ないのが現状です。もっと多くの人々に考えを改めていただけたらと願っています。今、精神障がいを理解してくださっている一部の方から、人伝いに少しずつ人々の意識を変えてゆくのかもかもしれません。

直売所「ころん」では、障がいを持ちながら働いている仲間がたくさんいることで、差別や偏見の目をやわらげることができていると思います。生産者や取引事業所の方々や常連のお客様も差別をせず、一人の人間として接して下さい。少しずつ、地元を中心に意識が変わってきていると実感しています。

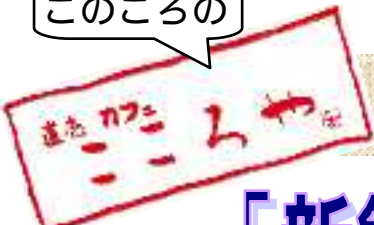
私は「精神障がい者は全員、正常であり、健全です」とは言えません。ただ、「精神障がい者は全員、異常であり、危険である」と言うのは、絶対に間違いです。

これからは精神病にかかる人が増えていきます。だから古い差別的な考えを改めて、精神障がい者が社会に受け入れられるようにしていかなければならないと思います。

この上映会は、小さなことだったかもしれませんが、しかし、映画を観た方の価値観を変えることができたと思います。映画「ふるさとをください」にはそういう力があります。これからもころんは、小さいかもしれませんが、大切なメッセージを発していこうと思います。地道かもしれませんが、確実にやってまいります。

残念ながら、映画「ふるさとをください」は現在、DVDなどは出ていません。ぜひ、きょうされん様には、DVDを出していただきたいと思います。 2008.10.22.(中谷常盤)

このごろの



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。

「新鮮野菜」をお届けします



こころやは毎週金曜日に、移動販売を実施しています。「なかなか店舗までは行けないけれど、こころやの味が大好き！」と楽しみにしてくださるお客様のため、今日もまたこころん号は、採れたて野菜や果物を乗せて出発します。

販売先には、その日採れたての野菜や果物をピックアップしてお持ちするほか、ご希望を予めお電話頂ければ、加工品などもご用意いたします。

お近くにお住まいの方は、お気軽におこしください。

移動販売スケジュール

- 10:50 泉崎村天王台ニュータウン(さくらさくら前)
 - 11:30 オープンハウス白河
 - 12:00 県南保健福祉事務所
 - 12:35 白河市保健センター
 - 13:15 ワイズコレクション
 - 14:00 南湖公園(水月・楽翁会館・萩原屋)
- * 訪問時間は前後することがあります。

わくわく漬にミニサイズ登場!

ピリ辛で大人気の「きゅうりのわくわく漬」のミニサイズを発売しました。従来品(450g/500円)に対し、170g/280円)と、少人数のご家庭でもお求め易いサイズです。

新パッケージは、ちょっとしたお土産にも活躍しそうなイラスト入りです。

こころ漬も徐々にミニサイズを発売します。ご来店の際はぜひお試しください。



こちらがミニサイズ

ある日の気まぐれランチ



ポテトサラダ
お惣菜コーナーで販売中!

かぼちゃのそぼろソテー
ニンジン、ミニミニ椎茸など
いろんな野菜が隠れていました

ぷるぷるゼリーにのった
りんごのポート

黒米入りごはん
彩りに人参入りです

大根味噌
こころやでも販売中の
「米の花」を使用

芋がらの味噌汁

青菜のおひたし
すりごまが利いてるね

食べて
みました!

新鮮野菜を10種類以上も使ったヘルシーランチ。味噌汁つきで680円。お持ち帰りもできます。ぜひお試しください!

JICA研修生実習

7月8～9日、日本障害者リハビリテーション協会が受け入れたアジア6カ国からの研修生6名がころんを訪れました。

研修生たちは車椅子を作る仕事や、障害者センターなどで、障害者のリハビリテーションに関わる仕事に従事しており、熱心にころんの取り組みを研修されました。

スタッフ・利用者との意見交換会・交流会では、各国の福祉の実情などの情報交換をし、世界にはまだまだ福祉の手の届かない国・人々がたくさんいると知りました。

限られた資源の中で実践しているころんの取り組みですが、創意工夫することで、そこに関わる人々が豊かになればまだまだすてたものじゃないと思います。(熊)



お礼の手紙から(抜粋)

アジア太平洋の地域に働く場がないばかりか、働くことを考えることさえ許されず、ひっそりと生活する貧しい障がいを持つ人々がどれほどいるでしょう。

アジア太平洋地域、そしてアフリカやその他の地域の貧困と無理解に喘いでいる国や地域には、ころんところんやを見て「これぞ求めるモデルを見つけた」と感じる人々が、たくさんいるのではないかと思います。

それは持続可能な仕事を作り出し、地域の人々とお互いに協力して発展し、障がいのある人々の働く場の繁栄は地域の繁栄であるとの流れを作り出せているからだと思います。ことに地域の人々とともに、一緒に豊かさを追いかけていることは、すばらしいことだと思います。

ころん・ころんやが永久に不滅であることを陰ながら応援しています。

(独立行政法人高齢・障害者雇用支援機構・障害者職業総合センター 野中由彦)



NPO 法人ころんは、白河園芸総合センター、大木代吉本店とともに里山再生プロジェクトに取り組んでいます。

プロジェクトの中心事業である酒米造りは、今年も無事稲刈りを終わりました。

今年は作業そのものだけでなく、有機本業代表・五味正彦さんをお迎えして勉強会を開催するなど、充実した活動となりました。

年明けには、他の酒造り団体とともに、できあがった酒と料理を楽しむ交流会を計画しています。



2008年プロジェクトのあゆみ

- 5月25日 田植え・里山散策
* 障がい者職業訓練見学会
- 7月6日 田の草取り・流しそうめん
* 有機本業・五味正彦さん講演
(作業終了後、ころんにて開催)
- 9月28日 稲刈り

この1年、里山再生プロジェクトが、さまざまなメディアに、紹介されました。

みんなのひろば

自分史

私は目の視力が弱いため、中学校を卒業したあと福島にある盲学校でマッサージ、指圧師になる為の勉強をしていました。卒業後は昼間は寝て、夜は起きている状態が毎日続き、最初は総合病院の精神科にかかりました。

しかし病状が良くならないので、祖母の紹介で別の病院を受診したら、主治医に生活のリズムが悪いと言われ、福祉ホームが出来るからそこに入って生活のリズムを作りなさいと言われました。

入所した頃は生活に慣れず、幻聴が聞こえたり見えない物が見えたりして、服薬しながら最初の1年間はぼけっとして過ごしました。2年目に入って「仕事をしたい。まだ若いし可能性がある。社会参加したい」と言ったら、まだ難しいですと言われました。

3年目にある人からころんを紹介され、通い始めて1週間後にはころんやで訓練を始めました。ころんやでは、掃除から始め、徐々に商品の整理やレジを担当するようになりました。ころんやでの仕事は、充実した時間を過ごしています。今、病気の調子はすごく良いです。(三瓶隆幸)

7月のピアカウンセリングでの発表より抜粋。
発表後は、JICA 研修生とともに意見交換をしました。
ころんは、メンバー同士が話し合い、問題の解決方法を見出していき、「ピアカウンセリング」を重視し、定期的開催しています。



バレーボール大会 4月17日

去年とはちょっと違うころんファイターズが立ち上がった。今年のメンバーは8人中4人が、そう半分が女性だったのです。まさしく新ころんファイターズの誕生だ。

第1回戦の対戦相手はトガーズ。去年俺たちファイターズはトガーズを下してブロック優勝した。

だが、今年のファイターズは練習試合が出来ず、大会で初めての6対6の試合したのだ。それもあってフルセットまでやり、負けた。

でも先発メンバーが男性3人女性3人(大会始まって以来)で、よくぞここまでやれたと思う。がんばったぜ、ころんファイターズ。

第2試合は去年県大会で優勝したペンギンウォーカーズ。またしてもフルセットまで持ち込み、負けはしたけれどペンギンから奪った1セットは大きい白星だと思う。よく頑張ったね。

そして、最後の第3試合はプリズム。プリズムはねばるチームで、苦戦したけれどストレート勝ち。ようやく勝った1勝に嬉しくて応援する皆に大声で、「ありがとう」と言って皆で喜びあった。

頑張ったよね、ころんファイターズ。これからも皆応援して下さい。

第4代ころんファイターズキャプテン・河野正道

あだたら山登山のレポート

6月24日、火曜日。福島県のあだたら山に登ってきました。この日はくもり空で、雨が降っていなかっただけ運が良かったと思います。

山では天気が悪くて視界が悪かったのが残念でしたが、色々な高山植物が生えていて、私は楽しめました。

ただ登りがハイペースで、みんなゼーゼーと息をしていました。今度はスローペースでいきたいです。

(J・W)



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

私のしごと史

発病した当時(大学3年)は出版常任委員会の委員長を務め、充実した日々を送っていました。しかし、何が原因か分かりませんが、夜、心臓の鼓動が聞こえてきて、眠れなくなりました。次第に食欲がなくなり、自傷行為を考えるようになり、精神科で「うつ病」と診断されました。

通院と服薬を続け、大学を卒業。故郷に戻り、郡山の広告代理店に制作として就職しました。就職1年目は、親の勧めで通院も薬を止めました。広告代理店は1年で辞め、家に帰った2年目から様子が変わり、また通院と服薬を始めました。そして病名は「統合失調症」に変わりました。

30代に入り、大手の印刷会社に病気を隠し入社しました。服薬と通院で7年間ほど順調に勤めました。工場長からも「がんばっている。頼りになる存在だ」と言われこともあります。しかし、新しく来た直属の上司から嫌われ、交代勤務に。3ヶ月はもちましたが、後は勤務のキツサにお手上げでした。一時は退職するつもりでしたが、部長、課長に病気であることを明らかにし、部署を替えてもらい、比較的楽な仕事に移りました。

しかし、自分の弱さからか、病気のためか、休みがちになりました。こころんの熊田施設長にも間に入ってもらい、なんとか辞めずにすみました。数ヶ月も経つとまた休みがちになり、8年勤めた会社を辞めました。しかし、熊田施設長から「人生これからよ」と言われた言葉が今でも、こころに焼き付いています。

しばらくして、こころんの施設長やスタッフの皆さん、仲間達に囲まれた生活が始まりました。初めは戸惑いもありましたが、印刷会社にいた頃からお世話になったり、知っている仲間がいたので、楽に生活することが出来ました。早いもので、こころん・こころやに通うようになり2年が過ぎようとしています。

今では、比較的重要な仕事も任せられ、懸命に就労をしているつもりです。仕事が出来ること感謝し、また常に謙虚な心構えで、これからも、スタッフ・仲間と一緒にこころやを盛り上げていこうと思います。

最後に、いつもそばにいてくれるスタッフの皆さん・何でも話し合える仲間達に、感謝の気持ちで一杯です。いつもありがとう！(佐藤栄一)

5月20日 面接にはなにが必要か

履歴書の書き方や面接での受け応えについて、3月に開催された障害者就職面接会での事例を参考に考えました。講義の後は3つのグループに分かれ、面接のロールプレイングを実施。自分の希望や病気の状態についてどう伝えるか、討議しました。

6月17日 休み時間・休日の過ごし方

休み時間や休日が自分にとって、どのような時間かを話し合いました。

きちんと休息のために使っているメンバーは少数。自分なりのリフレッシュ方法を見つけ、実践できている人の体験談は参考になりました。

7月22日 農業実習

4月から始まった白河園芸総合センターでの施設外実習に参加し、ミニトマトの収穫と選別を体験しました。



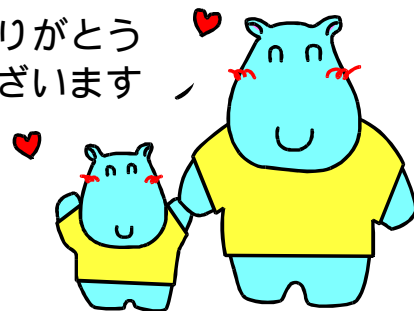
実習メンバーの作業はさすがに早く、しかも美しい！日頃の働きぶりをうかがうことができました。

9月30日 弱さ自慢大会！

「自分の助け方を見つけよう」をテーマに、失敗談や自分の弱さを発表しました。「1人で考えずに誰かに話す」「とにかく食べたいものを食べる」など、さまざまな乗り切り方が紹介され、投票で選ばれた3名には、こころやランチ券などの賞品が贈呈されました。

寄付・寄贈をいただいた方 (敬称省略・順不同)

ありがとう
ございます



伊藤路子	高橋信子	小林百合子	匿名 S
平賀育子	鈴木恭子	原田真美	匿名 M
秋山一重	小野常夫	石下恭子	熊田芳江

会員募集のお知らせ

NPO 法人ころんは、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

《賛助会員》 年間 1口 5,000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

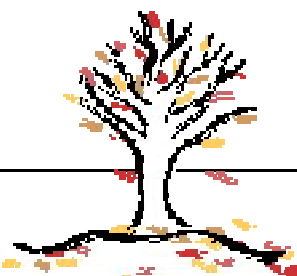
- 4月19日 ころんやさくらまつり
- 4月22日 花見・桜スケッチ
- 5月16日 地域清掃活動
- 5月17日 ころんはうす披露会
- 5月25日 田植え
- 5月27日 レク・のどをきたえる
- 5月31日 ころん総会・講演会
- 6月21・22日 ころんフリーマーケット
- 6月24日 安達太良山登山
- 7月6日 田の草取り
- 7月8・9日 JICA 研修生実習
- 7月14・15日 施設交流旅行
- 7月18日 地域清掃活動
- 7月22日 里山大信農作業体験
- 8月8・14日 ころん花市・桃まつり
- 8月23・24日 映画上映会
- 8月16日 ボーリング・交流会
- 9月19日 地域清掃活動
- 9月28日 稲刈り・交流会
- 10月11日 白河広域ビジネスフェスタ
- 10月19日 ころんまつり
- 10月21日 就業セミナー
- 10月26日 第1回家族教室

今後の予定

- 11月15日 第2回家族教室
- 11月18日 就業セミナー
- 11月21日 地域清掃活動
- 11月22・23日 職員研修旅行
- 11月25日 新そばまつり
- 11月29・30日 アート展
- 12月16日 クリスマス会
- 12月20日 第3回家族教室

平成20年度 ころん家族教室のご案内

- 第2回 11月15日(土) 10時～
*障がい者福祉の制度や
社会資源の情報について
会場: 生活支援センターころん
参加費: 300円(資料・お茶代)
対象: 精神障がいを持つ方のご家族・本人、関係者
- 第3回は、12月20日(土)に情報
交換と交流会を予定しています。



第4回 ころん チャリティアート展

日時 11月29日(土)・30日(日)
10時～17時(最終日は16時まで)
会場 生活支援センターころん
入場 無料

展示即売
陶芸 絵画 彫刻 版画 書
切り絵 織物 漆工芸 木工
クレイアート 皮工芸 ほか
イベント
カラーセラピー お茶会



編集後記

10月19日、ころんまつりが盛況のうちに終了しました。今回はころんまつり初の試みとして、当事者による施設紹介を取り入れました。ころん総会と違い、普段ころんにご縁のない方もいる中での発表ですが、みな堂々と自分の思いを伝えることができました。何よりも「知ってください、私たちのことを」というテーマを具現化する貴重な時間になったと思います。ころんまつりの詳細は次号報告いたします。(植木)