



あしつきだより



【発行】あしつきふれあいの郷

クリスマス会

12/15(火)

今年のクリスマス会は、ウイング・ウイングのジャカッセで行われました。出席者は約60人ぐらいでした。まず、最初に行われたのは、番号札を引くことでした。これは、プレゼント交換のためでした。私は7番を引いて、ポロのハンカチがもらえました。

その後、好きな席にそれぞれ座り、食事をしながら、今度は頭を使って同じテーブルの人達でパズルを解くというゲームが行われました。このゲームは大いに盛り上がり、チームごとの勝負になり、あるチームが一番はやくパズルを解き、賞品がもらえました。

次に、じゃんけんゲームをしました。最後まで職員さんに勝った人が賞品をもらえるゲームでした。このゲームは3回行われました。

そして、参加者全員が出てきた食事を食べ終わったら、時間終了ということでこのクリスマス会は終わりました。とても楽しかったです。(S.T)



.....
年末恒例のクリスマス会がジャカッセで開かれました。おいしい料理をいただきながら、盛りだくさんのゲームに楽しく参加しました。カラオケは選曲がとても個性的で、美声を堪能しました。プレゼント交換はわくわくスリル満点でした。そして、場を盛り上げる職員の方のサンタクロースの姿にとってもなごみました。普段話す機会のない人とお喋りすることもでき、笑顔あふれる、とても素敵な思い出になりました。(T.T)

NHK歳末たすけあい義援金より寄付をいただきました

新年会

1/5(火)

一つ目 御飯がものすごく美味しかったです。

お弁当だけではなく、お吸い物も副菜も最高でした。振る舞ってくれた職員の皆さんに感謝したいです。

二つ目 普段交流することのない利用者さんOBOGの皆さんと交流することができ、大変有意義な時間を過ごすことができました。

最後に、今回の新年会だけではなくほかの行事にも積極的に参加し、たくさんの人たちと親しくなっていきたいと思いました。(S.S)



支援センター企画

アロマ石鹸作り

11/30(月)

11月30日に、集会大ホールにて、アロマ石鹸を作りました。

工程は、まず、アロマ香りを選ぶところから始まりました。私は、30分ほど迷って、ラベンダーとイランイランにしました。次に、石鹸の形と色を決めました。私は、ピンク色の大小サイズの花の形を選びました。次の工程が、一番大変でした。2重にしたビニール袋に、フレーク状の石鹸を入れ、ハーブティーを徐々に加えてよくもむのですが、これがかなりきつかったです。職員さんに助けてもらいながらでしたが、完成したことの充実感と達成感を味わえたので、この企画に参加できてとても満足しています。またいつか、このような企画があれば、参加したいと思います。(M, A)



第2回調理実習

12/7(月)

以前からお好み焼きが、食べたくて、たまらなかった。

炊飯器で作るバナナケーキ、興味がありました。

調理が大変でした。

お好み焼き、たいへんおいしい、2枚食べる。

釜からケーキを出すのを見た時、とてもおいしそうにみえた。やわらかくて、とてもおいしい。

家で作ってみようという気持ちになりました。

(伊勢 勉)



歌い初め

1/16(土)

僕は、初めて歌い初めに参加しました。場所はまねきねこ

でした。カラオケで歌をうたうとき、マイクを持ったら手が震えたり、心臓がすごくドキドキしたり、顔が赤くなったりで、緊張してしまいました。それでも、みんなの前で元気よく歌をうたうことができました。

他の人の歌を聞いてみると、上手にうたっていて、感動し、気分もリフレッシュになったことが印象的でした。最高の一日でした。またこの歌い初めの企画があれば、みなさんもぜひぜひ参加してみてください。またあしつきでお会いしましょう。待っています。(中村 久之)



12/5 おげんコンサート



2/15 第3回調理実習



2/20 学んで食べて高岡を満喫しよう

マイナンバー説明会

1/5(火)

会に参加する人数は、割合、多く、これに興味を持つ人が、日頃、いかに大数を占めておられるんだと、会場を見て思いました。

高岡市から経営企画部 情報政策課 主幹須田稔彦さんが来られ、現在の制度とのメリット、デメリット、マイナンバーが使われたならば、何が改善されるのか、時折冗談を交えて、わかりやすく説明されました。

質問の節では、具体的な不安を抱える人について、まず、たとえ誰かに知られても、マイナンバーひとつでは、何らかの確認が必要な時、ひとつひとつ役場を廻る必要がなく、時間的負担が減って、とても便利になることを、聴く人にわかりやすく話され、参加してよかったと思います。

一会に参加した人の感想より



就労座談会

3/4(金)



今年にあしつきから就労された先輩2名、富山障害者職業センターの三谷幸代カウンセラーをお招きしました。先輩からは貴重な体験談を、三谷カウンセラーからは就労に向けての事前準備や障害者雇用の好事例についてお話していただきました。

講師K.Rさん

私は、平成21年からあしつきふれあいの郷を利用し、これまで何度か就労に挑戦してきました。平成27年1月から障害をオープンにして、100円ショップDで週5日、1日5時間働いています。働き始めて1年ほどたちました。仕事内容は掃除、品出し、業者からの荷受け、銀行への入金、その他雑務です。

100円ショップDの面接が決まり、就労支援、ジョブコーチ(以下JC)支援を受けることになりました。面接の練習をしたり、履歴書の書き方を教わりました。一番助かったのは、面接に同行してもらったことです。リラックスして望むことができ、とても安心しました。

採用後は、実習制度やトライアル雇用は使わず正式雇用となり、始めは短時間での勤務で徐々に時間延長をしていくなど、会社から配慮してもらうことができました。

私は、会社の人とのコミュニケーションがうまくできなかつたり、質問するのが苦手なので、JCにはその手伝いをしてもらいました。定期的な訪問で仕事の様子を見てもらい、指導を受けたり、気持ちを聞いてもらっています。

現在の目標は、体調を整え、休んでしまう日をできるだけ少なくしたいです。また、自分なりに効率よく仕事をしようと努力していますが、効率よくしようとするあまり焦ってしまい、うまくいかず、ただがむしゃらに仕事をしてしまうのが現在の反省点です。

今後は、より自立していきたい気持ちがあり、安定して働けるようになったら、ゆくゆくはステップアップとして転職したいとも考えています。その時はフルタイムで、障害をクローズにして働きたいと思っていますが、これまでの就労で、オープンのメリットを知っているので、どちらにするか迷っています。

今のうちに自分の体調に関して、どうすれば調子が良くなり、どんな時に悪くなるのかを振り返り、データをたくさん集めて、今後活かしていきたいと思います。

講師N.Eさん

私は、平成25年10月下旬にあしつきに来ました。あしつきでは、1年半ほど作業訓練しました。平成27年6月、職員からC社の清掃の求人を紹介され、自分にできるか不安もありましたが、ジョブコーチ(以下JC)支援などを使って頑張ってみようと思い、面接を受け、内定をいただき、実習制度を使って2週間実習し、トライアル雇用で3ヶ月間働いたのち、正式雇用され、今に至ります。

最初は仕事を覚えるのも大変で、社会人としての知識や意識が乏しく、注意されることもしばしばでした。また、始めは仕事の手順や方法を覚えるのが苦手で、苦勞しました。そういった課題は、JCから社会や会社のルールを教えてもらったり、手順書やチェックシートを作成してもらったり、会社に頻繁に訪問してもらい、指導を受けて克服しました。あとは、会社の方から暖かく見守り、配慮してもらえたことが良かったと思います。

清掃の技術が身についたことにより、自分にとって一番やりやすい方法、一番綺麗に掃除できる方法を編み出すことができました。最初は仕事を覚えて、抜けなく仕事をするだけで精一杯でしたが、今では仕事の順序を自分で組み立ててできるようになりました。

今後の目標は、会社で発行されている社報に掲載することです。休まず、長く働いて実績を積み上げ、誰がみても綺麗な会社にして、皆から認められるようになりたいです。

今後の課題は、普段は社員の方も気付かないようなところまで綺麗にできるよう細かいところまで目が配れるようになることです。

これからも、愛社精神を持ちながら、ずっとC社で働いていきたいと思っています。

就労座談会に参加して

今回僕は、あしつきに通い始めて、初めて就労座談会に参加しました。あしつきの作業所で働き始めて3ヶ月が経ち、就職の事を考えていたので、とても良い機会でした。障害を開示して働く事のメリットを知り、更に、就職活動における面接の上で、障害を伝えるという事は、ただ診断名を伝えるという事ではなく、その上で、実際に自分が仕事をする上で、職場の人達にどんな事を配慮してほしいかという事を、しっかり伝える事が大切であるという事を知り、今後の自分の進路を考える上で、とても参考になりました。

(垣内 季春)

私が就労座談会に参加するのは二度目でした。ということはあしつきに長い間お世話になっているなあと感じました。と同時にまだあしつきを卒業していないことに改めて焦りを感じました。今回来てくれた講師の人は二人とも話をしたことがあったので、どんな話をしてくれるのかとても気になっていました。Kくんはまだ会社の人とのコミュニケーションがうまくいっていないと言っていたので、早く上手くいくことを願っています。

(A.S)

闇からの光

橋本 幸雄

東京の新橋あたりに いつもの居酒屋に仲間と飲んで話で「俺だつて辛いんだよ」とそれじたいの風景というか そういう状況でさえも笑い飛ばしている 気持ちが一番大事

朝 また会社であの課長に もっといい案だせ もっと能率はどうのこうのと もっと頭を使えとか 金で逃げるな 知恵で勝て

ない頭を絞りに絞って 100ある中の1つの案がとおされ やつとサービス残業から解放され

家に帰ると妻にご飯は 恐る 恐る と

そーつと聞き 妻からそれだよと言われ わさびのふりかけが おいてある

これ何?というものなり 「あんたの稼ぎが悪いからでしょ」と言われ

一人寂しく 米にふりかけをかけ 食べている これでもいいのか これでもいいのか と自問自答の葛藤が毎日続く

ああーと嘆く暇すら与えてくれないん?とテールに新しい ユニクロの靴下が置いてある これは?と言う無粋なことを言っではいけない たしか穴が空いている 妻は密かに用意していたのだ そんなものだろうう人生は そういうものだろうう人生は

文芸コーナー

東北のあの震災から丸5年がたった。今も当時のニュースを見ると、『嫌』な感覚がある。テレビに「ストレスを感じる方はテレビを視聴しないでください」とテロップが入る。自分だ！正視できない。

当時、各社新聞社の写真集を買い、自分の中に残しておかないと、と思った。だけど見ると涙が止まらなくなった。テレビを見ても涙が溢れてきた。何故かわからなかった。

当時、3月下旬、とある会議で、この地震の中、精神障害者の方たちはどうなっているのかと話の遡^{そしょう}上に上った。そこらへんから会議中に涙が止まらなくなってしまった。このことも鮮明に覚えている。

当時、自分は子供ができたばかりで、人生観が変わった。あしつきにも変化があった年だった。何故、しばらく地震の映像、写真をみると涙が出て止まらなくなったか、いまだにわからない。少し長く生きてきて、人生のなんたるか湧き上がってきたような気もする。大きな出来事だった。

平成28年3月17日

施設への善意 (敬称略)

- 高岡信用金庫 南部支店 株式会社 屋敷紙店
- 株式会社 三和製作所 株式会社 和
- 県共同募金会高岡支会博労分会 博労校下民生委員児童委員協議会
- 最勝寺 得永宏之 原真枝 稲葉光枝
- 山田節子 石黒鳳信 加藤昌子 上田孝子
- 関沢浩二 堺慎一郎 杉本真木子
- 石田恭子 竹守宏悦 前田幸平 (順不同)

~たくさんのご好意ありがとうございました~

編集後記

家の中から玄関を開けると、雪の階段が作られていました。サンパチ(昭38年)豪雪。

子どものころの冬の思い出。寒いのは、もういやです。早く春が来ないかなあ〜。(伊勢 勉)

平成 28 年 3 月 31 日発行
あしつきふれあいの郷
〒933-0935 高岡市博労本町4番地1号
TEL.0766-29-3335
発行 者：あしつきふれあいの郷

定例の行事

- 【毎月1回】
- 第1金曜日 楽しく体を動かそう
- 第2木曜日 カレーの日
- 第3金曜日 クラブ活動
- 第1土曜日 昼食会
- 第4木曜日 ひらめき会 (ピア活動)
- 第4金曜日 夕食会
- タイ式マッサージ・アロマセラピー体験教室
- 支援センター企画 (主に外出企画になります)
- <日にちは毎月予定表にてご案内しております>

- 【毎月2回】
- 第1・第3木曜日 フライングディスク
- 第1・第3水曜日 カラオケ Room ♪

- 【毎週】
- 火曜日・金曜日 軽作業
- 水曜日 歩こう会
- 【隔月1回】
- 職安相談日

1月~3月の主な行事

- 1月 5日 新年会
- 1月 6日 仕事始め
- 1月 12日 鏡開き
- 1月 16日 支援企画「歌い初め」(まねきねこ)
- 2月 15日 第3回調理実習「和の常備菜」
- 2月 20日 支援企画「学んで・食べて高岡を満喫しよう」
- 3月 3日 ひなまつり昼食会
- 3月 4日 就労座談会
- 3月 14日 映画鑑賞会
- 3月 24日 フライングディスク競技会