

12/22

ひらめき会
クリスマス会

ケーキ作りと
ピコ太郎ダン
スで楽しい時
間でした

「ひらめき会」…誰でも参加自由なピア(対等な仲間)の会です。月に1度、自分のことを話したり、メンバーの話を聴いたりしながら、支えあい・学びあいの居場所として開催しています。毎月第4木曜14:00～2階ホールにて実施。皆さんのご参加お待ちしております。



訳

橋本 幸雄

両親からの真心で私は生まれた
コミュニケーション 常に相手との会話を一つ一つ
すべてが愛
丁寧に過ごそう
それだけじゃない
時間の意識の中に私達が生かされている
寝て 起きて
朝 昼 夜全ての表情に事実がある
意味がある
無駄なんてどこにもない
全てのいきとしけるものの命がある限り
暇 暇だと泣き言ばかり言っている
暇があるから何かを探すのではないか
無駄を過ごしたからこそ時間に集中できる
贅沢言っ
生かされてるんだ
全ての自然からの贈り物で私達は生かされている
生かされてるんだ
海 山の宝 川のせせらぎ
時間があれば自分が今何をすべきか少しづつ分かってくる
人生に無駄なんてない 焦る必要なんかないんだよ
放棄し投げ出してきた事実もある
わがまま いてはやるべきことを
最大の神様からのプレゼント
たまの休みの日 昼寝でも出来る時間こそが
暇 暇だと泣き言ばかり言っている
暇があるから何かを探すのではないか
無駄を過ごしたからこそ時間に集中できる
贅沢言っ
生かされてるんだ
全ての自然からの贈り物で私達は生かされている
生かされてるんだ
海 山の宝 川のせせらぎ
時間があれば自分が今何をすべきか少しづつ分かってくる
人生に無駄なんてない 焦る必要なんかないんだよ
放棄し投げ出してきた事実もある
わがまま いてはやるべきことを
最大の神様からのプレゼント
たまの休みの日 昼寝でも出来る時間こそが

施設への善意 (敬称略)

(株)屋敷紙店 (株)菅原電気 第一紙器(株)
高岡断酒新生会
のぞみリハビリテーションアカデミー
最勝寺 原真枝 稲葉光枝
山田節子 石黒鳳信 加藤昌子
吉川妙子 藤井朝子 折橋克子
桐嘉嗣 竹守宏悦 樋詰留美
竹内良孝 花木秀彰 (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

今年の冬は、富山県にはあまり雪は降りませんでした。僕の記憶では、僕の住む新港で最高に雪が積もった時で30cmぐらいの積雪量だったと思います。だから、新湊の人たちは生活しやすかったと思います。それに反して富山県より南の位置にある鳥取県では、約90cm程雪が積もりました。鳥取県の人たちは雪かきなど、さぞかし大変だったことでしょう。鳥取県のみならず、この冬の現象から見ても、富山県はもはや日本の豪雪地帯ではなくなったような気がします。みなさん、春が早くきて桜が咲くのが待ちどおしいですね。(3月13日記)(K.K)

平成 29 年 4 月 28 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土曜日 昼食会
第2木曜日 カレーの日
第3金曜日 クラブ活動
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
(日)には毎月予定表にてご案内しております)
●職安相談日
【毎月2回】
第1・第3水曜日 卓球日和
第1・第3木曜日 フライングディスク
第1・第3土曜日 カラオケ Room ♪
【毎週】
火曜日・水曜日・金曜日 軽作業

10月～3月の主な行事

10月25日 となみ野との交流会
10月17日 第2回調理実習「秋の味覚を簡単クッキング！」
10月29日 第29回フライングディスク競技会
11月1日 赤い羽根共同募金街頭募金活動
11月11日 秋のレクリエーション(石川県方面)
11月19日 支援企画「四季防災館&ますのすしミュージアム体験ツアー」
12月19日 支援企画「癒しの香り・アロマスプレー作り」
12月20日 あしつきクリスマス会
1月5日 新年会
1月21日 支援企画「歌い初め&食事会」
2月13日 第3回調理実習「冬のあったか満腹レシピ」
2月16日 支援企画「映画鑑賞会」
3月10日 就労座談会
3月29日 第30回フライングディスク競技会



あしつきだより

第67号
春

【発行】あしつきふれあいの郷

12/20

希望をあたえてくれたクリスマス会

私はうつ病にかかり8ヶ月間働けない状態になりました。誰とも会話すること無く、1人で寂しい生活でした。この期間はとても辛かったです。ときには落ち込み時期もありました。

体調が回復し、あしつきふれあいの郷に入所しました。入所後9日目の12月20日に、クリスマス会が行われました。入所9日目では顔と名前が覚えられません。このクリスマス会には不安がありました。あしつきでの毎年恒例の行事とのことですが、私には、楽しいパーティーのように思えました。

職員の方はサンタクロースの格好をしておられました。「本格的だなあ」と思うとともに、ちょっとビックリです。(中にはとても似合っている方もいらっしゃいました。)

皆さん挨拶を聞いていて感心することもありました。ユーモアある挨拶で面白かった挨拶もありました(笑)そして、クイズやゲームなど、あしつきの職員の方々が企画していただいたイベントが行われました。お楽しみ超難問クイズのゲームは難し過ぎです(笑)私は周りの方々とよく会話をし、よく笑いました。1人寂しい生活をしている時期のことを思うと、考えられなかったことです。

私は、普段あまり外食をしません。クリスマス会の食事は、とても美味しかったです。しかもコースメニューで大満足です。私は、人見知りする方です。自分から話しかけたりすることが苦手です。人の会話が苦手です。しかし、このクリスマス会に参加し周りの方々と話したことで、これを機に自分から話しかけやすくなるきっかけになりました。最後に、あしつきの職員のみなさんへ、楽しめる企画を考えてくださり、お疲れ様でした。そして、ありがとうございました。私は今、みなさんより良いコミュニケーションとれるようになり、人見知りすること無く、作業に励んでいます。

小松 正和



クリスマス会は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

まず初めに私の新年会の感想といたしまして、自分の中で前進できたものだったと思います。なぜ前進したかと、問われると自分の疾患の性質上社会的な催しに出席するのは勇気がいることだからです。終始、平静を装い、抱負も述べましたが心は揺らいでいて不安感が高まったり吐き気にも見舞われることもしばしばありました。しかし薬を服用しながら皆さんとの会食や皆さんの新年の抱負に聞き入りました。

自分は、表面上普通に見えるかもしれませんがそれぞれ性質が異なる複数の病名を診断されており日常生活においても制約があり、あしつきふれあいの郷さんのお世話になっております。

先の新年会の抱負で述べたステップアップしていくというのは、行事や作業において自分なりに少しずつでもステップアップをしていけたら良いなと思っています。

これにて私の新年会の感想を終わります。読んでいただきありがとうございました。(Y.Y)



10/25

となみ野との交流会



11/11

秋のレクリエーション



支援センター企画

赤い羽根共同募金



10/17

昨年11月1日火曜日、午後からイオンモール高岡にて赤い羽根共同募金をしてきました。

昼食は500円まで施設の方で出して下さるので、私はたこ焼きを食べました。初めての経験なのでドキドキでした。この日は小雨が降ったりして風も冷たく寒い日でした。イオンモールの入口で並んで立って大きい声で「赤い羽根の募金お願いします。」と叫んでいました。人通りが少ないせいもあって、持っていた羽や風船はなかなか減りませんでした。でも快く財布を出して百円を募金箱に入れてくださる方々がいて嬉しく思いました。充実した一時間でした。(J.H)

H28年度第3回調理実習

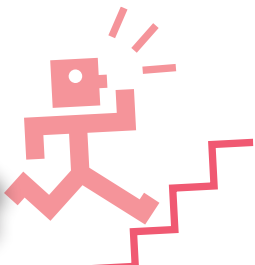


2/13

私は、あしつきの調理実習に参加するのは、今回が2回目です。今回の調理実習のメニューは、牛丼と春雨スープと、ナムルとチョコ入りもちもち白玉でした。私は、まず、牛丼を作る役をしました。玉ねぎを櫛切りにして、そして、こんにゃくを食べやすい大きさに切りました。私としては、牛丼を作るのは初めてだったので、とても勉強になりました。また、次に、ナムルの材料のキュウリを食べやすい長さに切る役と、かにかまを手でほぐす役をしました。

今回の調理実習も、個人個人ではなく、しっかり、皆で協力して、皆で作って、食べて、片付けをして、反省会をして、終わることができました。どの料理もおいしくて、自分としては、うまくできたのではないかと思います。また、調理実習に参加できたらと思います。(関岡俊博)

就労座談会



講師 1

あしつきの利用を始めたのは、発達障害者支援センターで、あしつきでは作業の一環としてクッキー作りをしていると聞き、興味を持ったことがきっかけでした。作業を始めた頃は、まだまだ一般就労のことは考えておらず、とにかく日中家でゴロゴロしていると良くないと思い利用していました。しかし、作業をしたり、あしつきの友人や先輩と関わる中で、「工賃だけでは物足りない」「もう少しお金が欲しいな」と思うようになり、何より他のメンバーさんがどんどん就労していくので、自分も頑張りたいと思い、一般就労を意識するようになりました。

あしつきの通所を継続しながら、職員さんと一緒に職安相談を受けたり、職安登録に行ったり、障害者職業センターで職業評価を受けました。

平成27年9月、友人の勧めで障害者合同面接会に参加。面接を受け、現在勤務しているスーパーから合格の連絡をもらいました。

平成27年12月、実習開始。とても緊張感が強く、初日は震えが止まらず、パンは落とすし大変で、パンの袋詰を覚えるのにも時間がかかりました。そのため仕事を覚えられるか不安だったし、人間関係にも不安はありましたが、現場の皆さんが優しく仕事を教えてくれたり、職員さんが付き添ってくれて、安心して実習することができました。

平成28年1月、トライアル雇用・JC 支援開始。JCやカウンセラーからの支援を受け、3ヶ月のトライアル雇用を終えて、正規雇用となり、現在に至ります。この1年間は本当に大変でした。人生で一番大変な1年だったと思います。今後も、仕事はずっと続けていきたいと思っています。「障害者だから」で済まらず、ちゃんと社会人になりたいと思います。マナーがあって、場に則した態度が取れて、仕事を休まず行けるようになりたいです。



平成28年度 就労実績

12名(移行11名、B型1名)

職種：清掃、製造、リース、食品加工、倉庫内作業、品出し、バックヤード、調理補助、介護補助、製薬関係など



10/17

H28年度第2回調理実習
秋の味覚の料理、大成功でした！



12/19

12月企画
「アロマスプレー作り」
オリジナルブレンドのアロマスプレー、お気に入りの香りが出来ました！



2/16

2月企画「映画鑑賞会」
「君の名は。」を観てきました。
ポップコーンが美味しかった！



10/27

第29回フライング
ディスク競技会
なんと全員入賞！
日々の練習の成果です



3/16

3月企画
「山元醸造見学 &
カフェタイム」
地域の老舗は懐かしくも新しい
驚きがたくさんでした



11/19

11月企画「四季防災館 &
ますのすしミュージアム」
地震の揺れ体験が衝撃的でした

1/21



1月企画
「歌い初め & 食事会」
まねきねさんにて、皆で
楽しく歌ってきました～！

3/23



第30回
フライングディスク競技会
次回もまたがんばるぞー！

講師 2

平成26年7月、あしつきの就労移行支援事業所利用開始。あしつきに来るまでは、ずっと障害をクローズにして働いていましたが、なかなか面接に合格することができず、採用になっても仕事についていけない、人間関係がうまくいかず長続きしなかったため、障害をオープンにして支援を受けながら働きたいと思うようになりました。

平成26年9月、障害者合同面接会に参加。介護施設の調理補助で採用となりました。決められた時間内での食事の盛り付けや皿洗いの大変さ、小さな厨房内での人間関係に悩み、トライアル雇用期間終了と同時に退社しました。平成27年4月からあしつきからの紹介で4ヶ月の短期アルバイトも経験しました。

平成27年9月、現在勤務している会社の求人を紹介され、実習をすることになりました。業務は倉庫内で雑貨屋におろす製品のタグ付けや、段ボール解体です。今回は面接、履歴書作成から職員と一緒にに行きました。その後のジョブコーチ(以下JC)支援も職業センターのJCと一緒に引き続き行われました。実習もトライアル雇用も順調に進み、平成28年1月に正式雇用となりました。実習から1年半ほど働き続け、現在に至ります。

長く仕事が続けられた理由は、①とにかくいい会社だったこと。仕事内容が自分に向いていたし、パートの方々とよい人間関係を作ることができました。②JC支援を受け、声かけや見守り、仕事以外の相談にもってもらったこと。③障害をオープンにしたこと。通院にも気軽に行かせてもらえたり、仕事量を調整してもらったり、手厚く見守ってもらえました。その他にも自分の中でストレス発散方法あることも仕事が続けられた1つの理由だと思います。

今後も仕事はずっと続けていくつもりです。辞めようと思ったことは一度もありません。ずっと仕事を続け、家族と仲良く、自分のペースでゆっくり過ごしていきたいと思っています。

講師 3

現在勤務している会社の求人はハローワークで見つけました。平成17年4月から4時間の半日勤務です。リサイクルの会社で古紙の選別や段ボール、新聞紙、チラシの回収を行っています。朝8時前に出勤し、高岡市内の資源回収に行っています。

自分が13年続けてこれたのは、家族、会社の会長の仕事方針、障害者への理解、施設のスタッフや仲間存在です。

仕事を始めたばかりの頃は、父親に八つ当たりしたり文句を言ったりと気持ちは荒れていました。でも父親はどんなことがあっても一歩も二歩も引き、見守ってくれました。

あしつきのスタッフさんや仲間の存在は僕の財産となっています。仕事の悩みや家族の相談を聞いてくれます。年に一度の地元の秋祭りへの参加や、あしつきの行事への参加も自分が頑張る原動力となっています。

仕事を始めて13年になりますが、ほんのちっぽけなことでも悩んでいる、まだまだ課題があり、これからも勉強することがいっぱいあります。こんな人間ですけど、今後もよろしくをお願いします。

僕のまだ四十数年の経験では何も言えませんが、若いうちはとことん挑戦して、だめなら今度頑張ろうと思って仕事を見つけて、自分の体のことを第一に考えて、それぞれの生活を生きれば良いと思います。自分もですが、あせらず就労の方向にいけばと思います。とりあえず元気にがんばりましょう!!