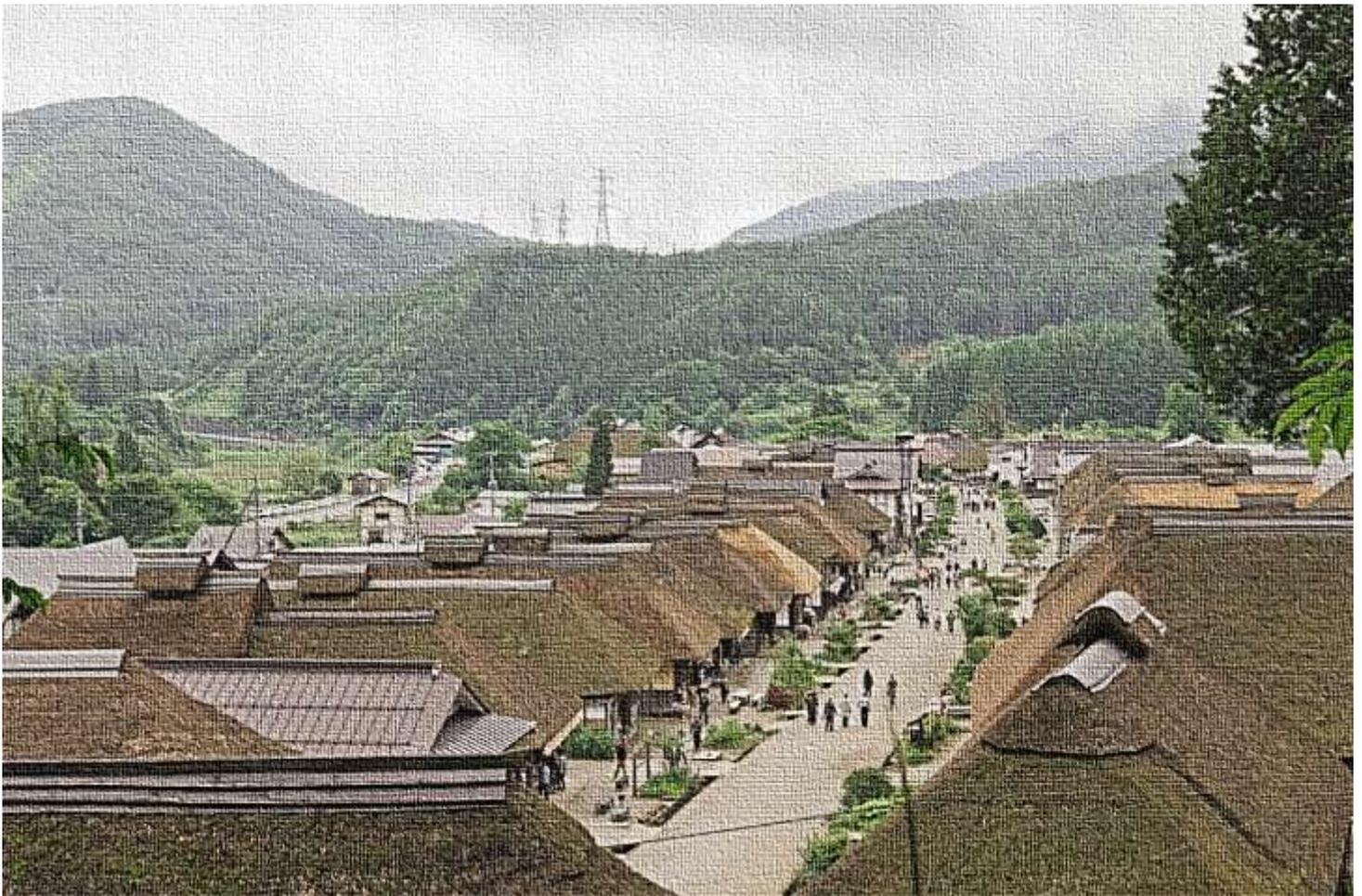


オシラセノジカン

September 2012

05号



イベント・今号の一枚・スタッフからひと言・代表挨拶・みんなのページ・プログラム紹介・スタッフとメンバーの部屋・その他

イベント



7月14日にバーベキューがあり楽しむことができました。

前日に野菜や肉などを買い出しに行き、準備万端で臨む事が出来ました。当日は河原の天気もよく、とても気持ち良かったです。買い出しで買った材料の他には、代表の鈴木さんが持って来てくださった、ホタテやイカなどの「海を代表する」と言っても過言ではない、海の幸のおかげで何倍も素晴らしいものになりました。



早く食べたいなあ★



← 海の幸の他にも、ここでは「焼き鳥」が振る舞われました★★

今号の一枚



8/24(金)

福島市の「あづま庵」にて

行ったよ！はーい、来た来た！ほら食べて！といった感じで、みんな仲良く流しそうめんを食べてきました。下界と比べて15°Cも低い気温の中、つかのまの涼を感じた1日でした。

kazu

【スタッフから一言】

夏はやっぱり暑いですね～。暑い時は、アイスと冷えたスイカに限るかな(笑)。さて、今号から「スタッフ紹介」が、「スタッフからの一言」というコーナーに変わりました。内容的にはさほど変わるというわけではありませんが、私自身はというと、日々、人間的に成長しているといった変化を感じております。

SCS が立ち上がってから、二度目の夏を迎えました。今まで、「喜び」、「悲しみ」、「怒り」など、様々な感情体験を、メンバーとともにしてきました。今後も、メンバーとともに、様々な経験の中から、お互い成長する喜びを感じたいと思います。今後も「今、ここ」を過ごしていきたいと思います。

齋藤

【代表挨拶】

毎日とても暑いですが、それでもやはり秋。熱気を帯びた夏の朝晩とは違い、涼やかな空気を感じるようになってきました。1年を24等分して季節を表した「二十四節季」。今頃は、大気が冷えてきて、露ができ始めるという「白露」。それをさらに季節の特徴によって分けた「七十二候」では「玄鳥去(つばめさる)」頃でしょうか。秋の季語でもあります。燕はご存じのように、毎年春になると現れ、夏を日本で過ごし、晩夏から秋に姿を消す鳥です。そういう鳥のことを「夏鳥」、英語では summer visitor というそうです。

落日のなかを燕の帰るかな 蕪村

徐々に訪れる秋の知らせは、何かしら侘しく寂しいものがついて回ります。去るというニュアンスがそうさせるのでしょうか。SCS では多くのイベントを、メンバーが企画して実施しています。そのイベントが僕にとっては季節を感じさせるもののひとつになっています。燕はもう南へ帰るころ。でもそれは僕らにとって、また燕を迎えるための準備をする季節です。SCS では賑やかな秋を迎えようとしています。ぜひ足を運んでみてください。

鈴木

みんなのページ



Ume の園芸の館
～正しい水の与え方～



俗に「水やり 3 年」というように、易いようで難しいのが「水やり」です。今回は、上記のとおり正しい「水やり」について、お伝えできればと思います。まず、庭植えされているものは、地下水を吸い上げるため根を張り巡らせる能力があるので、よほど、表土が乾燥していない限り「水やり」は不要です。逆に、コンテナや鉢植えをされているものは、表土を見て乾燥しているから水をやろうとすぐに判断せず、まず指の第一関節まで用土に差し込んで湿っているか確認しましょう。これで、水をやるべきか判断できます。ちなみに水を与えすぎると、水を求めなくなるので根が軟弱(ひよろひよろになる)に育ちます。

「水やり」の基本は花と葉にかからないように株元に施します。そして、鉢底穴から水が流れ出るまで、たっぷり与えて下さい。結果、水とともに新鮮な空気が土に送られます。上記した水を株元に施す理由は、①花と葉に水がかかっている②気温が高く日光があるという条件が揃うと、水が花と葉の中の水分まで吸収して水蒸気になってしまい、発育が減退するからです。従って、「水やり」は比較的に涼しい朝、夕方にしましょう。



わたしの大切な家族

こんにちは。今回は、私の家で飼っているペットの犬について紹介します。

ビーグルと柴犬の雑種で、名前はハリー君といいます。12 歳です。最近、一日ゴロゴロしています。「お手」、「おかわり」、「お座り」の芸が出来ます。

人懐こくて、愛嬌があります。天気のいい日は、庭の犬小屋から出てきて日光浴をしています。

お気に入りの場所は、アジサイの花がたくさん生えた、木の木陰です。

私は今、SCS に通って自立する為に頑張っています。働けるようになったら、フライドチキンを買って、ハリー君に食べさせてあげたいです。普段の食事では、ご飯とドッグフードを混ぜた物に、牛乳をかけたのを食べさせています。

ROUX

プログラム紹介

【木工】

SCS のプログラムの一つに木工があります。

SCS には材料や道具が色々揃っていて、ネックレスなどのアクセサリー、スプーン・フォークなどの食器類、彫刻等皆さんそれぞれが作りたいものを自由に作っています。



木の特徴、道具の使い方を
試行錯誤しつつ覚えながら、
自分のイメージしたものが形に
なった時は、とても達成感が
ありますよ！

SHIN

力作揃い!



【護身術】

私たちは月に一度スポーツの時間に護身術として少林寺拳法を学んでいます。

青少年会館の体育館で講師の山本先生に教えていただいています。山本先生は分かりやすくピンポイントを突いた講義を下さいます。

メンバー同士で向かい合って行う組手では、お互い当たらないと判っていてもドキドキしながらやっています。

でも、習ったことが実際に役立つことが無いのを願っています。

Katsu



【メンバーから一言】

はじめまして。昨年の11月から通所しているTakaと申します。通い始めてからスタッフさんや他のメンバーさんに助けられ、ずっと順調に通所していたのですが、このところ体調や気分がすぐれない日が多く、毎日通うことがなかなか難しくなってしまう困っています。しかし、一週間に一回くらいしか通えなくても、皆さん優しく明るく接してくれますし、心配もしてくれます。人とのつながりの大切さを実感する今日この頃です。

ところで、私にはある目標があります。それは「ガーデンデザイナー」になるという夢です。今はガーデンデザイナーになるべく、また資格もいくつか取得すべく勉強に励んでいます。

私は今年で34歳になりましたが、このような目標を持ちつつ、障がいを抱えてしまったという同じ境遇を持つ仲間がいるからこそ、今の頑張れる自分があるのだと思います。障がいを抱えていて何もできないと嘆くのではなく、何かできるものを探し出し、それに向かって日々学び続け精進していきたい。

一生勉強、一生青春。だってにんげんだもの(笑)。

Taka

スタッフとメンバーの部屋



K: 今回の対談は私がYさんを指名したけど、元々どうして指名したかって言ったら、Yさんのお母さんと私が同じ歳だって知って、そこ妙に親近感が湧いたんです。自分の息子と言ったら言い過ぎだけど、なんか身近に感じてしまって。

Y: 僕にとってKさんはお母さんというより元気で優しいお姉さんという存在ですよ(笑)

N: そんな背景があったんだね(笑)年齢や性別は問わず、メンバーさん同士が和気あいあいとしている光景を見ると、つられて笑う事たくさんあるもんなあ。幸せな事だね。

K: Nさんの笑いは豪快すぎますけどね(笑)

N: ごめんね(笑)もう少し上品に笑いたいんだけどね…ところで二人はどんな事に幸せを感じてる?

K: 一時は自殺をしたいほど苦しい事もあったけど、少しずつ“小さな幸せ”を感じられるようになった。どん底の時は、ちょっとの事も面倒くさかったけれど、そんな中でまず手掛けたのは「身だしなみ」だったの。

N: 「身だしなみ」からヒントをくれた人とかいたの?

K: 当時通っていたデイケアのメンバーで「自信が無い」と口をもらす人がたくさんいた。そんな時に私の主治医が「自信という字は“自分を信じる”と書くんだよ」って。それで自分を信じて何か行動してみようと思ったんだ。

Y: 僕もどん底の時があって、その時は食事も摂れず何もかもが困難でした。周囲からみたら当たり前の事も僕にとっては大きな進歩で、今普通に食事を摂れている事がとても幸せに感じています。今は普通に外出する事や、髪型や服装を整える事も楽しめるようになりました。

K: わかる。「そんな事？」って周囲が感じるくらい小さな事なんだけど、どん底を知っている分、自分を褒めてあげたいって思わず自分に拍手を送りたくなるよね。

Y: (うなずき)

N: そっかあ。二人とも今はだいぶ自分を評価できるようになったんだね。できる事に取り組んで、出来た自分を褒めてあげるっていう事の繰り返しが大切なんだね。二人はSCSの利用日数も違うけど、だいぶ打ち解けていて、よく笑い声が聞こえて楽しそうだね。これからの二人の目標って何だろう?

K: これからお洒落感覚を身に付けていきたいな。TPOに合った服装っていうか。でも、それにはまず、体型を整えてからの話なんだけどね(笑) 目指せSサイズ♪

Y: 勝手に目指してください(;_)(笑)僕はパソコンのMOSの資格取得に向け努力していきます。目指せ…(笑)

その他

【表紙について】

この写真は、重要伝統的建造物群保存地区に指定されている、大内宿の中にある子安観音堂付近から見たものです。念願の大内宿だったので美しい景観に感動しました。

Ume

【お知らせ】

寄付金の募集等

(運営協賛金・福祉(市民)債権・メディアドネーション事業)

施設運営の安定と支援の充実を実現させるために、みなさまにご支援ご協力をお願いしています。詳しくは、お問い合わせまたはホームページまでよろしくお願い致します。

現在、運営協賛金総額¥896,144、福祉(市民)債権総額¥50,000、メディアドネーション事業約 230 冊。ご協力いただいた皆様方に深く御礼申し上げます。皆様のご支援ご協力よろしくお願い致します。

【編集後記】

SCS の会報「オシラセ/ジカン」を読んで頂き本当にありがとうございます。今号で第 5 号になりましたが、新しい企画もどんどん取り入れ内容もますます充実してきていると思います。

私事になりますが、自分は今年の 12 月で卒業するため今号が最後の会報編集となります。そのため、いつもよりも少し気合が入ってしまい、時には内容を巡りディスカッションを重ねたりもしましたが、この様に皆がこの「オシラセ/ジカン」の事を真剣に考えていく限り、ますます良い会報になっていくと思っています。

少し寂しいですが、今後は自分も編集する側から一読者として毎号楽しみにしていきたいと考えています。これからも、より一層進化していくこの「オシラセ/ジカン」を、沢山の皆様に手に取って読んで頂けると自分も嬉しい限りです。

tatsu



社名：自立訓練(生活訓練)事業所
自立生活支援センターSCS

所在地：〒960-8154
福島県福島市伏拝字沢口 10

TEL:024-597-6285
FAX:024-597-6288
MAIL:info@scs-f.co.jp

発行・編集
SCSメンバー

Since 2011
<http://www.scs-f.co.jp>