

発行者/NPO法人ともに  
住所 〒044-0053 虻田郡俱知安町北3条西2丁目  
(ワークショップようてい内)  
でんわ/FAX (0136) 23-2872  
Eメール npotomoni@coda.ocn.ne.jp  
公式ホームページ http://npotomoni.web.fc2.com  
公式ブログ http://blog.canpan.info/npotomoni/

第17号

# 通信 ともに



2014年10月16日発行

精神科医 土田正一郎の



友達というものは、いつまでも友達で、四半世紀の時を経てもやっぱり友達である。友達ってというのは、人生の一瞬でも志を同じくして、その時間を過ごした人のことだと思う。その志の強さによっては、その記憶はいつまでも消えないし、時間を超えて想起するのも容易なことだと思う。

ただ少し困るのは、かつての自分と今の自分の比較を強いられることである。汚れちゃった自分に直面しなければならないこともある。それはちょっと辛いことでもある。  
(ともに理事)

その5  
きた  
友 遠方より来るあり

気になるあのこと  
よ 読んで  
どく  
とことん書きます

## その6 新じゃが※4のびっくりレシピ~どったら餅

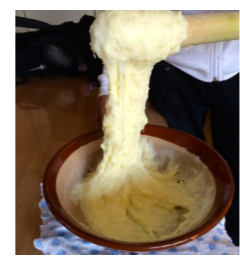
文：みやけ [ワークショップの自称料理研究家]

NHK総合「ためしてガッテン」で紹介された松前町の郷土料理「どったら餅」。さっそく私たちも挑戦し、おいしくできたので、こちらでも紹介します。

材料：じゃがいも、しょうゆ、さとう いずれも適量

- ①ゆでたじゃがいもを常温まで冷ます
- ②すり鉢で粘りが出るまでつぶす(5分程度、写真右上)
- ③好みの大きさにちぎり、砂糖しょうゆをかけてできあがり

ポイントは①の常温まで冷ますこと。これを行うことで餅のような粘りを出せます。食感はお米の餅より少々やわらかめですが、とてもおいしいです。ぜひお試しを。



今月の一枚

金毘羅祭り※1  
(ワークショップ利用者Oさん撮影)

金毘羅さんが  
終わると冬支度...



### 街頭募金活動に参加しました!

10月1日より「赤い羽根共同募金」が始まりました。共同募金からの助成を数多くいただいている当法人も9日、利用者4人職員1人で街頭に立ちました。

好天に恵まれ暖かい中、みんな大きな声で募金を呼びかけました。親子連れで募金する方が多く、お子さんの温かい心を感じました。

今はシール形式の羽根や、ドラえもんが描かれたバッジなどバリエーションに富んでいます。みなさんの温かい心でぜひ募金を。ともに事務所にも募金箱を置いていて、順調に増えています。(かわさき)



参加したCさん撮影

### 各事業報告~9月末現在

- ◆障がい者就労支援事業所 ワークショップようてい  
契約/移行3名(+1名)、継続B23名(+1名) 見学/2名 体験/1名
- ◆グループホームよろこび 契約/16名(-1名、定員23名) 見学/2名 体験/1名
- ◆法人会員 正会員20名、賛助会員 団体2 個人65(新規3)名
- ◆寄付物品 食材(栗、野菜、メロン、お菓子~)、着物生地、ふとん、毛布、クラフトバンド、ズボンプレスナー、手芸キット ほか

### 賛助会員さま広告



ゆったりくつろげる店内

創作和食 レストラン **きかもと**  
俱知安町北1条西1丁目  
17時30分~23時 火曜休  
Tel (0136)22-0556  
にんじんのコロック、キャロコロ  
が食べられるのはこの店だけ!

編集後記  
第15号でお伝えしたカラオケ大会で、Eさんは残念ながら上位進出なりませんでしたが、彼はまた大会に出てみたいと話していました。目標があると人生は楽しくなりますね。(かわさき)  
次回は…11月18日[火]の予定です

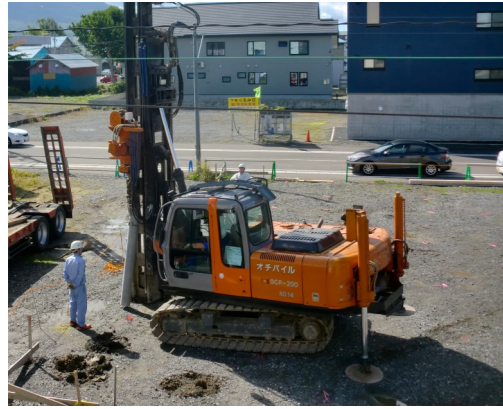
### ともにを応援してください(賛助会員募集中)

会費の納入は郵便振替を利用してくださいと便利です。  
郵便振替番号 02790-3-84789  
口座名義 「特定非営利活動法人ともに」  
※会員さまの住所、氏名、電話番号を明記してください。

賛助会員さま年会費  
個人 3,000円  
団体 10,000円

わっくわく事業  
ともに創る地域の和

わっくわく新築工事状況



9月19日

着工初日  
くいを打ちつける



9月22日

土台の穴を掘る



9月25日

型枠を組み立てているところ



10月1日

いよいよ  
コンクリート注入



10月6日

型枠が外れ、  
基礎が見えた



わっくわく事業への想い

「ともに」の新たな建物で、2階のグループホームでは24時間職員がいることにより、利用する方がより安心して、イキイキとその人らしい生活が送れるよう、職員みんなで支えていけたらと思います。  
また1階のスペースを中心として、地域のさまざまな人が集い、交流し、人の笑顔や夢や小さな幸せがあふれる場となったらすてきななあ…と思います。  
(みた)



お知らせ

11月13日 [木] に  
建前※2をします！！

みんなで学ぼうシリーズ

10月7日「睡眠について～夢をみたい～」

今回は倶知安厚生病院総合診療科の岩波孝穂先生の初講座でした。不眠の原因とその対応を話してくださいました。不眠である状態がそのまま不眠症であるとは限らないという話は目からウロコで、少し安心しました。

専門的なことをわかりやすく解説していただき、ありがとうございました。

次回は11月20日、幡賢先生の「精神科的入院学～良い入院を考えた」です。入院を学問にするユニークな試みです。



講師の岩波先生より

私は東京都中野区出身で、北海道は今年4月に初めて来ました。今回の「みん学」は、病院勤務の時間外で患者さんに接する機会ができたことが収穫でした。ちなみに私は不眠の経験がありませんので、今回の参加者のご意見が参考になりました。

障がい者就労支援事業所  
ワークショップようてい

就職めざして！ 就労支援セミナーはじまる

就労支援セミナーが倶知安厚生病院とハローワーク倶知安の主催で、3回シリーズで開催されています。ワークショップから参加している3人に1回目の感想といま目指していることを語ってもらいました。

Aさん…初めは緊張しましたが、徐々にほぐれてきました。履歴書の書き方が勉強になりました。自分の得意なところを見つけていきたいです。

Oさん…人前で話すのが久しぶりだったので、自己紹介では緊張しました。

障がいをオープン※3にして働きたいが、その上のメリットとデメリットを理解した上で仕事を探していきたいと思いました。

Eさん…オープンでできる仕事はどのようなものがあるのか気になるので、詳しく知りたいです。ワークショップで体験したことをアピールしようと思います。

共和町前田の家、収穫祭に参加しました。

9月6日土曜日、共和町にある障がい者地域生活支援センター前田の家で開催された「収穫祭」に、ワークショップようていの利用者さんも参加しました。収穫祭のあとは泊村の温泉に出かけ、心から温まりました。

参加した方の感想です。

Kさん…餅まきや流しそうめんが楽しかった。

Eさん…踊りながら餅をつくのが楽しそうでした。

Mさん…実行委員会が自分の役割を一生懸命こなしていたのが印象的だった。

Hさん…流しそうめんがおいしかったです。

