

通信 ともに

第29号



発行者/認定NPO法人ともに
 住所 〒044-0053 虻田郡倶知安町北3条西2丁目
 でんわ (0136) 55-5828
 FAX (0136) 55-5829
 Eメール info@npo-tomoni.com
 公式ホームページ http://www.npo-tomoni.com
 公式ブログ http://blog.canpan.info/npotomoni/

2015年10月15日発行



今月の一枚

実るほど とうへを垂れる 稲穂かな
〜味覚の秋到来〜

9月22日 ニセコ町有島にて撮影

「障がい者就労カフェ」で約7万円の売り上げ

先月お知らせした道庁赤レンガ庁舎で開催された障がい者就労カフェ「北海道カフェ」に、9月19日見に行ってきました。この日は雨天ぎみのため、残念ながら実際に商品が並べられている場面は見られませんでした。カフェを運営したPCNETさんによると、晴天時は150名ほどのお客さまが来られたそうで、コーヒー販売のそばに設けられた販売ブースでお客さまが手に取って見ていたそうです。売り上げは製造部59,500円、農業部9,680円、合計69,180円になりました。

店員としての訓練プログラムに、ワークショップようていの商品が協力できたことはとてもうれしく思います。販売していただきありがとうございました。



コーヒー、ジュースなどたくさんの種類の飲み物が売られていました



晴天時の販売コーナー (PCNETさん撮影)

精神科医 土田正一郎の



診察室で
考えて
いること(仮)

その18
「前向き思考」について
ちょっと思うこと

あまり好きでない思考方法に「前向き思考」というものがある。あの前向きという言葉に胡散臭さを感じてしまうのだ。前向き思考をする前に大切なことがある。そもそもどっち向きが前なのか決めているのだろうか、前向き思考をしている人々は？ 私の言うところの「前」と君の前向きは同じ方向を指しているのだろうか？ その辺りからよく分からないので、私は前向きに物事を考えることができない。例えば、矢を遠くに飛ばすときには、弓の弦に矢を番えて後ろに引き絞る。その時しっかり「後ろ向き」に力を加えないと前には飛ばないではないか。

ともに顧問(自称)

お知らせ：今号の「読ん得」はお休みさせていただきます。

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、継続B18名 見学/1名 体験/1名
- ◆グループホームよろこび 現利用者/18名(定員20名) 見学/0名、体験/1名
- ◆法人会員 正会員17名、賛助会員 団体2 個人67名
- ◆寄付物品 書き損じはがき、食器棚、牛乳パック



ご家庭で引き出しに眠っている記念切手などはありませんか？ ぜひともにに寄付してください。通信発送費用に活用いたします。

編集後記
 「♪昔アラブの偉いお坊さんが～」の歌いだしのコーヒー・ルンパ。エキゾチックな歌詞ですが、スペイン語の原曲はかなわぬ恋を思いながらコーヒーを挽く歌詞だそうです。当店の手挽きコーヒー、その香りと味で癒されてください。(かわさき)

グループホーム よろこび 障がい者就労支援事業所 ワークショップようてい 歯の出張検診と講話をしていただきました



歯科医による個別チェック

倶知安保健所の事業に障がい者の歯科受診を促進する「障がい者歯科保健医療連携推進事業」があり、今年初めて当法人に案内をいただきました。8月26日と27日の2日間、歯科医(主任技師)と歯科衛生士のお二人が「わっくわく」内で希望者に歯のチェックとブラッシング指導をおこないました。今回初めて歯のチェックを受けた人はブラッシングをすることの大切さを学び、検診後は毎日ブラッシングに励んでいるそうです。



歯科講話ではブラッシング指導も

9月16日には食堂で歯科講話をしていただき、12人が参加。歯の構造や歯みがきの注意点を講義していただき、特に歯の大切さとそのケアを学びました。

初めて出張歯科検診を受けましたが、歯と歯ぐきが健康な毎日を過ごせるよう心がけていきます。ありがとうございました。

10～12月は赤い羽根共同募金期間です。



毎年10月から12月まで、赤い羽根共同募金運動がおこなわれています。ともにも昨年度にミシン購入助成金として、みなさまの善意のうち21万円助成していただきました(通信ともに第14号参照)。今年も気軽にできる社会貢献にぜひご協力をお願いします。10月9日「こんぴらまつり」で街頭募金に立ちましたので、次号詳しくお伝えします。

コミュニティカフェ わっくわく 喫茶コーナー、10月15日オープン!

「ともに創る地域の和 わっくわく」の事業の一つである喫茶コーナーがオープンします。憩いのひとときをお過ごしください。



店名: 「コミュニティカフェ わっくわく」
 営業時間: 午前10時～午後3時
 ラストオーダー 午後2時30分
 定休日: 土・日・祝、年末年始ほか

メニュー

- ミルクコーヒー…350円
- ソフトドリンク各種…300円～350円
- 日替わり具だくさん汁物ランチ…500円
(日替わり汁物、おにぎり、漬け物、惣菜一品)



いままでの準備

- 喫茶で必要な内装設備を手配しました。
- 「日替わり具だくさん汁物ランチ」などメニューの検討を重ねてきました(写真左上)
- 開店まで喫茶コーナーや食堂の窓に、はり紙を設置しました(写真左下)
- チラシをつくり、近所への配布や通信**ともに**に同封しました(写真右上)
- お店の顔となる看板を手づくりで作成しています(作成中の写真は右下、はみだし豆知識も参照)



販売コーナー

製造部と農業部の販売コーナーを風除室に常設します。商品を手にとって見られるので、こちらもぜひご利用ください。販売コーナーの営業時間は「コミュニティカフェ わっくわく」と同じ時間です。



製作中の手づくり布製看板

講演会・研修会活動 みんなで学ぼう9月「てんかん発作を見極める」

みんなが学ぼうシリーズ
「てんかん発作を見極める」
 ～意識消失に会った時に～
 ◆講師 徳知安厚生病院 精神神経科 医師 土田 正一郎 先生
 手塚実直先生、高田真由美先生、DVDも収録し、てんかんの発作を学べます。
 ○日時 平成27年9月30日(水) 18:30～19:30(17:00受付開始)
 ○ところ 喫茶 隣だ亭(徳知安町南3番1)
 ○参加費 無料
 ～どなたでもご参加いただけます！



9月30日の「みんな学」は、製薬会社が作成した「てんかん」発作が起きる様子を実演したDVDを観て学びました。

発作には本人に意識がある中で起こるものや、意識がなくなる状態もありました。症状も一瞬「ビクッ」とする程度で終わるものから、目がうつろになり、ぼんやりとする状態。さらに全身が硬直し、けいれんが起きる大きな発作もあり、一口に発作といってもさまざまなものがあることを学びました。

近くの人が発作を起こしたときの対応についても話題になり、全身がけいれんしている場合は、テーブルなど周りのものにぶつからないよう安全を確保した上で様子を見ること、発作の時間はどのくらいかを確認し、5分以上けいれんが続いた場合は救急車を呼ぶことが必要だとのことでした。突然の発作にどうしても驚いてしまいますが、症状を知り適切な対応をしていくのが良いのかもしれない。

次回は10月21日[水]、岩波孝穂先生による「精神科医から診た身体疾患」の予定です。ご期待ください。

障がい者就労支援事業所 ワークショップようてい 農業部 じゃがいも終わり、豆収穫中

今シーズンの収穫はラストスパートに入っています。すでにじゃがいもの収穫は終わり、さつまいもと大根も10月初めに終わりました。また来年収穫するニンニクも9月に植えました。

現在残っている作業は小豆と大豆の収穫と脱穀です。刈り取った豆を乾燥させ、これから脱穀機で殻を外していきます。豆は販売のほかコミュニティカフェわっくわくのメニューにも使われます。

今年もたくさんの方に買っていただき、ありがとうございました。来シーズンも農業・化学肥料不使用栽培でがんばりますので、ワークショップの野菜をよろしくお願いいたします。



大ぶりのさつまいも



来年夏収穫予定のニンニク



「二才積み」の小豆

京極町ほかほかまつりに出店します

第15回
ほかほかまつり
 人をやさしくする病気-認知症をもっと知ろう
 認知症の人には不思議な力があります。その一つは自分に感情を持って接する人、ただなんとなく接する人を瞬時に区別できることです。認知症の人と異なり感情を持つには、やさしくあたたかく接することが必要になります。つまり、認知症の人に接する人をやさしくする力があるということです。認知症になっても人間性のお付き合いができるように、この機会にぜひ認知症の輪をまわしましょう。

10月17日土曜日、京極町役場と社会福祉協議会が主催する「きょうごくほかほかまつり」にワークショップようていが出店します。

今年は「認知症をもっと知ろう」というテーマで、認知症サポーター養成講座やコグニサイズ(通信**ともに**第27号参照)などがあります。場所は京極町福祉センター、販売時間は午前10時から午後3時までです。製造部の手芸品と石けんを販売する予定です。みなさんどうぞお越してください。

- 認知症サポーター養成講座 12時45分～14時00分
 ○対象の方が出席するララ上棟で認知症について学ぶことのできる内容です。
 ○農業部には認知症サポーターの無料トレーニングを実施します。
 ○どなたでも参加できます。
- LET'Sコグニサイズ 1回目 10時40分～11時20分
 2回目 14時15分～14時50分
 コグニサイズ 楽しく勉強してみよう
- 「健康チェック～あなたの筋肉の若さは?」 10時～15時
 ○筋力測定や下肢の筋力測定から、あなたも認知症予防を勉強してみませんか。
 ○日常生活で役に立つおたよりやパンフレットも。