

CAFE BALCONY CAFE

カフェ・バルコニーの家

通信

平成 24 年 9 月号 (第 28 号)

CAFE BALCONY CAFE BALCONY CAFE BALCONY



「カフェ・バルコニーの家通信」
平成 24 年 9 月号をお届けします。
まだまだ残暑厳しい毎日です。
規則正しい生活で暑さを乗り越え、
爽やかな秋を迎えましょう。



「カフェ・バルコニーの家」の活動紹介



トールペインティングをやっています。

8 月 11 日、ボランティアで指導してくださる先生とメンバー 5 人で、トールペインティングをしました。

トールペインティングは、白木を使い、家にある家具や小物に装飾を施す工芸です。

私は、コースターにバラの絵を描きました。しかしながら、影をつけるところは色を付けたのが難しく、先生に手伝っていただきました。

その結果、立体的になり、絵が引き立ち、やわらかい印象になったと思います。

今は、趣味として、トールペインティングを楽しみたいと思います。

いつか、人に教えられるくらいの技術を持ちたいと思います。その為に、先生にしっかり教わっておきたいと思います。

皆さんもぜひ、自宅の家具や小物を使って、挑戦してみたいはいかがでしょうか。

私もまだまだスキルアップの途中ですが、今後、この通信で完成した作品を写真で紹介していきたいと思っています。

(S.S)





千葉市花火大会見物記

あたりが暗くなった頃、幕張の浜の方角にぱっと花火が上がり、少ししてからドンと音が鳴りました。それからは次々と花火の光、そして音が続きました。

8月4日土曜日、千葉市の花火大会が今年は初めて幕張の浜で催され、私たちカフェバルコニーの家のメンバーも検見川の浜で見物したのです。自分たちのいた検見川浜からは距離がずっとあったので少し迫力には欠けましたが、それでもみんなで交代で場所取りをしたり、花火を見ながら手作りのいなり寿司と唐揚げを食たりと、楽しい思い出になりました。

(K.T)



ホームページの更新を担当しています

先月からホームページとブログの和菓子の記事のアップロードを担当するスタッフの方が退職するということで引き継ぎました。

自分は過去に情報処理系の学校に通っていたのですが HTML のソースコードをほとんど忘れていました。そのためホームページ更新などできるかと不安で、なおかつホームページビルダーは使ったことがなく当初は戸惑いました。それでも本を読み返したり、前任のスタッフの方に電話で指導してもらいながら、少しずつ慣れてきて、最近は自信がついてきました。

これからもカフェ・バルコニーの家で訓練し、実力をつけて、社会復帰していこうと思っています。

(T.I)



磯辺地区夏祭りに参加しました

8月25日メンバー12名ボランティア3名スタッフ3名で磯辺地区夏祭り出店しました。

朝早いメンバーは8:30に集合し、テントの設営を手伝いました。最初は慣れないテントの設営でしたが、町内の皆さんのお蔭もあり、協力し合うことで無事設営できました。特に声を掛け合いながらのテントのジャッキアップは、お互いの息を合わせないとできないのでとてもいい経験になりました。メンバーも地域の方との交流ができ、また一步社会へ向けての勉強になったのではないかと思います。

午後5時、祭りがスピーカーからの音楽とともに緩やかな始まりを見せ始め、スタートしました。

他の屋台も気合十分といった感じで、どの屋台でもここぞというように看板や垂れ幕あるいは札をカラフルにしたり、パソコンを使ってきれいに作ったりとこだわりを見せていました。そんな中でもカフェバルコニーの家は温かさや優しさが伝わるような手書きの文字にこだわり、皆さんにそのぬくもりが届くよう心掛けてきました。

そんな気持ちが伝わったのか、序盤から唐揚げやキュウリの1本漬けが売れ始めました。そして

祭りが終わるころには完売する物も出てきてやってよかった。多くの人を笑顔にできてよかったと思いました。

じゃんけん大会の方はというと子供たちにとっても好評でたくさんの方とじゃんけんができました。自分たちも子供たちに笑顔になってほしい一心でやってきたので、じゃんけんを楽しんでもらえたならうれしいです。子供たちとじゃんけんをやるというのはとても新鮮で、やっている自分たちも楽しかったです。

8月26日お祭り2日目、ブラスバンドの演奏に合わせて4時からお店を出すことにしました。集客の方は次第に増えていき、ブラスバンドの演奏が始まると一気に人が増え、祭りらしさがヒートアップしていきました。そのかいあってか、昨日以上に販売での売れ行きも好調で、今日だけでなんと170本あったきゅうりの一本漬けが完売、126本あった唐揚げも完売することができました。

メンバーも笑顔で頑張って精一杯声を出し売っていたのでそのおかげで1日目の記録を更新できたのではないかと思います。

メンバーもスタッフもボランティアも2日間を通して健闘しましたが、それ以上に皆楽しく祭りに参加し、皆が笑顔になれたことが最高の宝だと感じます。

最後にカフェバルコニーのお店に来てくださった方々、テントの設営を一緒にしてくださった町内会の方々皆様に心より感謝いたします。
(高橋秀明)



新スタッフ・新メンバーからのメッセージ



「まみ」こと倉田真奈美です。

こんにちは。7月14日より働き出した「まみ」こと倉田真奈美です。

私は、短大を卒業をして会社に入り、営業と秘書をしました。

その社会人の時に発病し、退職。

自分の本当にしたい仕事は福祉だ！と方向転換をして、病気と付き合いながらホームヘルパーの資格を取り、福祉の仕事をしてきました。

特別養護老人ホーム、ホームヘルパー、小学校の先生、精神の地域活動支援センターのピアスタッフ、作業所の指導員など、様々な職に就きました。

三年前に WRAP に出逢い、転機が来ました。

その頃は、入退院を繰り返して、薬を大量服薬して自殺未遂ばかりしていて、医者に、次したら死ぬよ、と言い渡されていたくらい、心身共にボロボロでした。

医者や薬だけに頼る生き方を止めて、自分の工夫でも元気になれる方法があると知り、がむしゃ

らに学び、実行しました。

自分の人生を自分でデザインして、コントロールするようになり、劇的に病状が改善しました。調子が悪くなると、頓服を飲む代わりに友達や夫に、相談して対話したり、大好きなパウンドケーキ作りに没頭して嫌なことを忘れる、などです。

たくさんの道具を駆使して、元気でありつづけることができるようになり、本当に別人のように生まれ変わりました。

自分を好きになるように、マイナス点にばかり目を向けずに、1つでもできたことを自分で誉めて、自信をつけていきました。

完璧であろうとすることを止めて、ありのままの自分を良くも悪くも受け入れることをしました。現在毎週土曜日に、カフェでは、wrap クラスを二時間ずつ行っています。

他にも個人相談に乗ったり、ランチの賄いを一緒に作ったり、夕方のコンサートで、オカリナやリコーダーを吹いています。

これからも、よろしくお願いします。

1969年7月3日生まれ、43歳。岡山県出身。

大谷大学短期大学部国文科卒。市川市在住。

当事者の五歳年下の夫と、7月3日の誕生日に挙式した、新婚ホヤホヤです。
(倉田真奈美)



7月初旬にカフェ・バルコニーへの通所を始めました。

体験の初日は周囲のパワーに圧倒され途中で帰宅しました。帰宅後は体力が持つか周囲の方と上手くやって行けるかと心配になってしまいました。

今は1カ月半経ち体力もつき周囲の方とも仲良くなり、8月に正式にメンバーになりました。カフェ・バルコニーでの活動内容は畑での雑草取りや野菜の収穫、レストランでの料理補助、イベントでの販売などいろいろと体験しています。

今の目標は1人で自立した生活が出来る様になる事、そして就労できるようになる事です。今後も通所を続け、体力、気力を充実させて、出来る事を増やして、自信を持って生活できるようにしたいと思っています。
(A.K)



カフェバルコニーの家からのお知らせ



1. カフェ・バルコニーの家では、毎月第1土曜日午前中、神奈川県立精神医療センター 芹が谷病院院長川副泰成先生を迎え、「元気回復勉強会」を開催しています。

参加費用は無料です。お問い合わせ・出席申し込みは、事務局(石川)まで

○電話 043(377)3902 090-8462-7460

2. WRAP 講座を実施しています。

7月から、WRAP ファシリテーターの倉田真奈美さんをスタッフに加え、WRAP(ウェルネスリカバリー アクション プラン)を実施しています。

参加費用は無料です。お問い合わせ・出席申し込みは、事務局(石川)まで

3. カフェバルコニーの家では NPO 法人「カフェ・バルコニーの家」の理念に賛同頂き、ご支援下さる平成 24 年度賛助会員を募っています。入会金 2,000 円 年会費 3,000 円(1口)です。賛助会員には通信を毎月お送りし、「カフェ・バルコニーの家」の諸行事にご招待いたします。

4. 「カフェ・バルコニーの家」の活動を支援して下さる応援団を募集しています。

年会費 1,000 円からです。(郵便振替 郵便振替 00180-2-322417 NPO 法人カフェ・バルコニーの家) 振込用紙は各郵便局にあります。

又は「カフェ・バルコニーの家」にご持参いただいても結構です。

5. 自立支援医療を受けている人は、社会的自立のために当会の活動に体験参加できます。(体験料 1日 200 円)

6. 当会で2年間調理、接客訓練を受けた方は、国家資格・調理師試験の受験資格が得られます。(調理実習免除)

7. ボランティアさんを募集しています。

調理・和菓子作り・パソコン・経理・音楽・スポーツなど、いろいろな活動のボランティアさんを募集しています。

メンバーと一緒に楽しもうという気持ちがあれば、誰でも出来ます。

まずは、体験してみてください。

(問い合わせは 043-377-3502 カフェ・バルコニーの家
簗下・石川・熊川まで)



ご支援ありがとうございました



寄附をいただきました

広江重徳様(10,000 円)

<カフェ・バルコニーの家 通信 第28号 9月号>

- 発行場所 : カフェ・バルコニーの家
千葉市美浜区磯辺3-5-7
電話&FAX 043-377-3502
- 発行者 : 簗下 敦子
- 編集長 : 石川 恵一
- イラスト : 堀越 雅子
- HP : <http://www.cafe-balcony.jp>
- Email : cafe-balcony.mihama@cnc.jp