

CAFE BALCONY CAFE

CAFE BALCONY CAFE BALCONY CAFE BALCONY CAFE BALCONY

カフェ・バルコニーの家

通信

平成 24 年 11 月号 (第 30 号)

「カフェ・バルコニーの家通信」
平成 24 年 11 月号をお届けします。
初冠雪の便りがちらほら、朝晩大分冷え込む
ようになりました。秋到来です。
味覚の秋、スポーツの秋を楽しみましょう。
寝冷えに気をつけましょう。



撮影者：高橋秀明



「カフェ・バルコニーの家」の活動紹介



毎月、誕生会を開催しています。

今月からメンバーやスタッフ・ボランティアのお誕生会を第 4 土曜日に開催することになりました。

9 月 29 日 (土)、9 月のお誕生日会を開いて頂きました。みんなでバーベキューをして、大きなケーキを食べました。ウクレレで、HAPPY BIRTHDAYをみんなに弾きながら歌ってもらい、素敵な思い出ができました。カフェ・バルコニーに来て、4 か月…。仲間の中に、馴染んで来ました。これからも、こうして楽しみながら、就労に向けての訓練をしていきたいと思ひます。

(S. S)

9 月 29 日 (土) に私と S.S さんの誕生会を開いていただきました。
多くの皆さんに祝福され、男組の食事、大きなケーキ、そして幸福の木の苗木のプレゼントをいただき

感謝の気持ちで一杯です。

私は 33 歳になりました。自分に自信が持てるように、力一杯頑張ろうと思ひました。

これからもこのような素晴らしい誕生会を毎月続けていけたらいいなと思ひます。

(K. H)



誕生日会のスナップです



素人の料理道ナンバー2 (NHK プロフェッショナル風)

先月号に続いて今月も「素人の料理道」を書いてみようと思う。今回は NPO カフェ・バルコニーのメンバーである K・H と S・S の誕生日会が舞台である。

今回も料理の指揮をするのは I だ。補佐には K がつく。料理を男達だけで作るのも前回と変わらない。素人 2 人でバーベキューの下準備をするのだから当法人の理事長の命令は無謀としか思えないものだが、失敗は許されず、成功させる以外に選択肢はない。まず、I と K が驚いたのは肉と野菜と米とケーキの量である。肉だけで 5 kg になる。I と K は肉の塊を見ただけで吐き気がしてきた。肉もすごいがケーキもすごかった。施設長の石川が購入してきたものはコストコのバースデーケーキ 1 ホールである。ケーキの形は長方形、まるで弥生時代の古墳だ。色もすごい。茶色、白、紫及び水色と関西のおばさんの髪の毛の色と同じかそれ以上の迫力だ。I と K は絶句せざるを得なかった。2 人は甘い物が苦手で大の辛党である。I は K に告げた。

「ケーキ以外は出来るだけ辛くしよう。」

K は素直にうなずいた。

二人が最初に切ったのはカボチャだ。力づくでカボチャ、人参、ピーマンという具合に次々とねじ伏せていく。切り刻んだ肉や野菜、焼きそばにコショウと塩をシマウマのようになるまでふりかけていく。K は呼吸をするのが苦しくなった。さらに I は玉ねぎをきざみ始めた。I と K は映画を見ているわけでもないのに涙腺が崩壊し、酸欠になった。完成した具材は金網の上で美味しいものになった。辛いバーベキューと甘いケーキは参加者の胃袋を満足させるのに十分なものだった。



バーベキューの風景





土壌改良材の販売とインタビュー

私たちは年に 2 回いつも土壌改良材を愛用いただいている高尾さんの所へ土壌改良材の配達をしています。

鎌ヶ谷在住の高尾さんは趣味で家庭菜園をやっていて、ファイターズの 2 軍球場の隣で「一花の丘(いちげのおか)」という農園で年間を通して多種多様な野菜や草花を栽培しています。

収穫した野菜は食べたりして自給自足的な生活をして、草花は敬老会に持っていくと大変喜ばれているそうです。

土壌改良材を使用しての実感を伺いました。

「混ぜると土の柔らかさが違う。感触が違う。空気の通りが良い。何にでも効果がある。具体的にはバラなどの色あせが減り、グラデーションが出てくる。」とおっしゃっていました。

作成を手伝っていた土壌改良材が植物に良いと聞き嬉しかったです。自分たちの作った土壌改良材で喜んでくれる人がいる、自分たちが何か人の役に立っていると思うと大変うれしく思います。菜園も是非伺って拝見したいと思いました。

これからもよりよい土壌改良材作りに励みたいと思います。

(K. T&A. K)



高尾様ご夫妻と一緒に



土壌改良材を製作中



メンバーからのメッセージ



ぼんやりを探している

世界に

指のすきまからのぞく

指と

そんな

脱皮したてのザリガニの感触

めぐりこんでいる遠い日

めくれた日焼けの跡に

むらさき色に染まる空

とつぜんの短い夕立

かるくなつたタンクトップの匂い

本松 岳

夏のぼんやり





来春に向けての園芸をやっています

10月13日（土）公園の花壇を広げて、水仙の球根を植えました。土を耕すのは、園芸系の女性にとって大変だったので、男性にも手伝ってもらいました。また、心の健康センターに行き、日々草と薔薇の花の手入れをしました。秋のこの季節は、種撒きや球根植えをして、春に備えます。

来年、花壇やプランターの芽が、大きな花を咲かせ、私達手入れをした者だけでなく周囲の人たちにも楽しんでもらえたら嬉しいです。今後は、みんなで協力し、手入れしていきたいと思えます。

(S. S)



園芸活動



おかげさまでレストラン開設2周年を迎えることができました。

10月第3週は2周年記念の感謝メニューを提供させていただき、お客様にお礼の気持ちを伝えました。お客様には大変喜んでいただきました。

これから3周年、4周年と続けられますように、頑張ってまいりますので、皆様のご支援をよろしくお願い致します。



2周年記念ランチ感謝特別メニュー

手作り和菓子



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 10:00~12:00、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。

次回は12月1日(土)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。

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 簗下・石川・熊川まで）



<カフェ・バルコニーの家 通信>

- 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