

CAFE BALCONY CAFE

CAFE BALCONY

カフェ・バルコニーの家

通信

平成 25 年 8 月号 (第 39 号)

CAFE BALCONY CAFE BALCONY CAFE BALCONY

「カフェ・バルコニーの家通信」
平成 25 年 8 月号をお届けします。
厳しい暑さの日がまだまだ続きます。
生活のリズムを保ち、体調を整えていきま
しょう。



「カフェ・バルコニーの家」の活動紹介



6 月の誕生日会を祝いました。

6 月も誕生日会がありました。誕生日の方々に感想を聞いて来ました。

○6 月のお誕生日を、カフェバルコニーの家で、祝ってもらいました。田岡先生の料理は、想像していた通りおいしかったです。誕生日プレゼントしてもらった植木鉢も、良かったです。実家のほうで大切に育てています。成長が楽しみです。ケーキはとてもおいしく誕生日の特典としてケーキをお土産としてもらいました。大変満足のいく一日でした。 S. S.

○六月生まれの自分たちのために誕生日を祝って頂きありがとうございました。誕生日会では次の週のレストランのメニューを食べ、楽しみにしていた特大のバースデーケーキをみんなで分けて食べました。こんなに大勢の人たちにかこまれて、祝ってもらったのは久しぶりでした。おまけにプレゼントに観葉植物まで頂いて、とても嬉しかったです。今年で 27 才になりました。まだまだ至らないところもあるかと思いますが今後ともよろしくお願いします。 K. T.

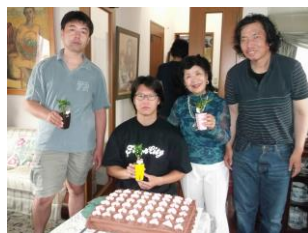
○磯辺のバルコニーで、六月の誕生日会が、おこなわれて、僕も行った。

真砂の地活と磯辺のバルコニーにわかれたので、ひさびさに、磯辺のメンバーに会えてうれかし

かった。昼食には、レストランの試作メニューがだされて、いつもの巨大ケーキを切りわけ、みんなで食べた。僕は六月で40才になった。でも、自分より若い人が、バルコニーや地活で、てきぱき、活動や仕事をしているのを見て、自分が40才になったことが少し、気はずかしかった。それでも、自分は地活での活動はマイペースでやっていきたい。

新しいことに、チャレンジしつつ無理をしないのが理想。そして、六月の誕生日会に、出席した、すべての人に、ありがとうと言いたい。

J.M.



地域活動支援センターの活動で卓球が始まりました

○ポコッとピンポン玉を打つと、ゆっくりと相手のコートにテンと落ちる。相手もポコッと球を打つ。今度はコート外に落ちるが、点数のことは考えず体育館の床に落ちた球を拾うように打ち返す。崩れた態勢から打ち返した球はさらなるコート外に落ちる。相手のダッシュは間に合っってゆっくりと打ち返される。

点の取り合いではなく（そもそも点は記録していない）、相手が打ちやすいように打ち合う気遣いの温泉卓球でした。非常に楽しかったです。

石川良

○久しぶりに、体を動かして、気持ちがよかったです。高橋さんが 上手でした。27年ぶりに卓球をやり、なつかしく思いました。

K.Y

○中学時代に熱中した卓球も地活でできるようになり、また腕を磨いていきたいと思いました。卓球は奥が深くやった分だけ身に着くスポーツだと思います。なのでこれからまた卓球に熱中しても熱中症にだけはならないように楽しく練習していきたいです。

高橋秀明





ウィンドサーフィンの体験会がありました。

7月7日にマリンスポーツのイベントに参加しました。参加者に感想を聞きました。

○去年は風も少なく曇っていたので過ごしやすく午前から午後まで丸1日乗っていました。

今年は風も強く、燦々と日が照り返しまさにヨット日和でした。今回は茶の間から2人のメンバーが参加しました。強烈な紫外線のなか2人は果敢に海へ繰り出しウィンドサーフィンを操縦してきました。焼ける焼けると言われた今回、実際焼けました。顔なんか前日比150%増しで。

ウィンドサーフィンの方はというと前回乗っていたような気がしたのですが、2人ともコツをさっぱり忘れていました… こんなはずではと思いつつもでも大丈夫でした。今回も懇切丁寧な指導とアドバイスによって、なんとか乗って進むところまで勘を復帰できたからです。

今日1日はとても楽しく最高の1日でした。これから夏本番、ぜひ皆さんもウィンドサーフィンに一度チャレンジしてみても、とても楽しいですよ。

高橋秀明

○去年と続き、今年もウィンドサーフィン参加しました。風がすごくUターンもできなくておちてばかりでしたが Duck の方の助けもあって最後にはほんの少し乗れるようになり、楽しかったです。今年は猛暑らしく日焼けしすぎて顔も体も皮がむけてヒリヒリして痛いですが、皮をむくのがまたイイ。ウィンドサーフィンの醍醐味ですね。去年来たほかの作業所の方たちとも一年ぶりに会えてよかったです。来年もまた参加したいと思います。

T. I.



7月のバス旅行は葛西臨海公園に行きました。

参加者に感想を伺いました。

○夫婦で参加

今回唯一夫婦で参加しました TN です。ちなみに夫婦そろって TN です。

主人に言わせると「昼食をとった食堂がまずかった。」とのことでした。マグロのカツ丼を食べていました、その場では「おいしい、おいしい」と言っていたのに。「だしがレトルトの味がする。」とのことでした。一緒に行動していた新シェフの田岡先生にどんなものか聞きましたら、驚いたことに「きっと舌が肥えてきていて、微妙な風味を逃さずに判断できるようになっているのだろう。」とのことでした。家での食事を考えるとちょっと面倒な気もしますが、夫の成長をみたような気がして、嬉しかったです。

T. N

○たいよう号でのバスツアーも何回目の参加になるだろうか？行く先は毎回違うが、一つ変わらないものがある。それは、たいよう号内での歌謡ショーである。誰がはじめたのだろうか、往復の車内では、メンバーの歌声が響き止まらない。

車内でカラオケの設備があるわけではない。それでもつぎからつぎへとマイクが回り、絶唱するのである。今回は小さな革命があった。それは、私が下手 ではありますが、伴奏のために楽器を車内に持ち込んだのです楽器はヤマハのギタレレ。これは名前の通りギターの形をして、ウクレレと同じくらいの大きさの楽器であります。このギタレレで全曲演奏して唄っていただきました。（というより私の弾ける曲しか唄わせなかったのですが）次回8月1日までにもう少しレパートリーを増やしておきたいと思います。皆さんご期待あれ。 T.I

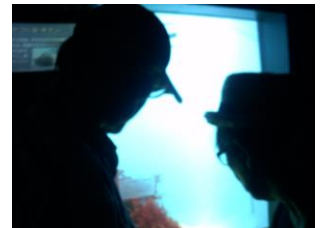
○今回のバス旅行はいつもより、近場の葛西臨海公園。行く前は地味な印象を、うけたが、内容的には、非常に充実していた。バスのような汽車のような、のりもので公園を一周したあと、水族園の中に入る。

この水族園がとても、きれいなところで、おしゃれな映画館にでもいったような、雰囲気の良いところだった。魚もきれいに管理されていたし、ペンギンの群れもかわいかった。巨大マグロやカツオがものすごいスピードで泳いでいるのが、迫力あった。

水族園をでたころには、昼食の時間になり、男四人組で、ボリュームのある中華料理チェーンの店に入って、おなかも大満足だった。

葛西臨海公園は、障害者割引が充実していて、施設や、乗り物が割引あるいは無料になる、優待があるので、もっている人は手帳を携帯して行ってほしい。

最後にバス旅行の途中で渋谷の無料ライブ行っていいよと許してくれた石川さんに、ありがとうと言いたい。 J.M.



7月16日、地域活動支援センターでバーベキューをやりました。

その場でインタビューをしました。

○肉がおいしかった。野菜も良かった。 S.S.

○みんなで協力して準備がスムーズに出来て良かったと思います。肉も野菜もとても美味しいです。大谷

○アウトドアもいいなあ S.H.

○天気に恵まれすぎて暑さが厳しくなりました。しかしながら皆厳しい暑さにも負けず、すごい食欲をみせてくれました。たのもしいなね～！！ 石川





5月より就労継続支援事業スタート

5月から就労継続支援B型事業を千葉市美浜区磯辺3丁目で始めました。

新しい事業所がスタートしたわけではなく、今まで、地域活動支援センターがレストランを運営していたのですが、より就労色を強め就労支援事業としてレストラン カフェバルコニーがオープンしたという訳です。同じレストランなのに5月からどう変わったかをお話ししましょう。就労訓練の場であるため、より企業形態に近く9時から就労開始です。あくまで訓練の場はレストランですが、どの就労にも通じるようにプログラムが組んであります。例えば第4火曜は販売促進会議があります。各自カフェ・バルコニーの収益を上げるために、皆の前で自分のオリジナルな意見を発表します。プレゼンテーションと呼ばれ、ある人はエクセルを使い4か月前にさかのぼってレストランの顧客数、収益、イベントの収益、弁当の販売数を数カ月にわたって比較しこれから如何に収益を伸ばせばよいか自分の思いを発表します。パワーポイントで発表する人もいます。自分の経験を生かした自分の意見を持つことが大切なことで、それが「オリジナルな考え」として、ここでは尊重されます。それが就労意欲を育む事にもなります。心の病を持っている人の特徴で、うまくいかない、往々にしてストレスのせいにしたり他人のせいにすることがありますが、ストレスのない場所はありません。ここでは「ストレスさんありがとう。乗り越える訓練の場です。」と言ってストレスは大歓迎されます。誰のせいにするのでもない。自分の意見を述べ、自分の生き方を開拓し、人前で話す訓練をすることは心の病のリカバリーにも通じます。リピーターのお客が多いのがこのレストランの特徴であるため、お客様から「慣れて上手になったわよ」とお声がかかることもあり自信につながります。土曜も団体客専用で開店するようになりました。調理は立ちっぱなしのため、体力も付いてきました。

障害の程度は違っても就労したいという気持ちのある方には就労の場を提供します。調理だけでなく、各自の得意な領域を聞いて、その人に相応しい仕事を用意されます。全員自分だけの仕事があります。レストランに2年間在籍する方には国家資格である調理師の受験資格が得られます。

ほとんどの利用者はスタートの時点では、料理をした経験がないのですが、土曜にシェフ歴40年の田岡調理師から次週のランチの手ほどきを受けるようになってから、月曜、火曜、金曜と同じメニューのランチづくりをするうちに、金曜日頃はマスターし、全員が出来る様になります。土曜にはレシピももらえますし、家で練習してくる人も多く、メンバーの熱意もあると思います。田岡調理師が4月に赴任する前は、利用者はお皿を洗ったり、片付けたりが中心でしたが、今は明らかにメンバーが主体的に調理をするようになりました。ぜひ一度レストラン カフェ・バルコニーにお食事いらしてください。メンバー一人一人が主役になって、輝いています。

(藪下敦子/記)



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、平成 25 年 4 月より、毎月第 1 土曜日 13:30~15:30、特定非営利活動法人 PAC ガーディアンズ理事 社会福祉士 小川裕二氏を講師に迎え、『高齢化する家族が、これから考えておくこと(仮題)』として、「元気回復勉強会」を開催しています。
今回は 8 月 3 日(土)の予定です。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・田村)まで
○電話 043(441)3193 090-8462-7460
2. 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 25 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。
3. 「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。
年会費は 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。
4. 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)
5. 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。
(調理実習が免除されます)
6. ボランティアさんを募集しています。
レストラン調理(補助)・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、気軽に体験してみてください。
(問合せは 043-377-3502 簗下、043-441-3193 石川・田村まで)



<カフェ・バルコニーの家 通信 第 39 号 8 月号>

- 発行場所 : NPO 法人カフェ・バルコニーの家
千葉県美浜区磯辺 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>
- E-mail : cafe-balcony.mihama@cnc.jp

