

CAFE BALCONY CAFE

カフェ・バルコニーの家

通信

平成 25 年 1 月号 (第 44 号)

CAFE BALCONY CAFE BALCONY CAFE BALCONY

新年あけましておめでとうございます。
昨年は地域活動支援センター「地域の茶の間」の
磯辺から真砂への移転、就労継続支援事業
「カフェ・バルコニー」の磯辺での設立と皆様には
大変お世話になりました。
今年も昨年同様にご支援くださりますように
よろしくお願い申し上げます。

スタッフ、メンバー一同



撮影者：高橋秀明

「カフェ・バルコニーの家」の活動紹介



心の美術展でメンバーが受賞しました！

○作品名「雨音の季節～wait for happiness time～」



今回は素晴らしい賞を頂きまして本当に嬉しく思います。思えば写真を撮り始めて5～6年、今までの創作活動が実りこのような成果に至れたこと誠に感謝しております。今後とも日々写真を撮る腕と撮る際の哲学を極め、一人でも多くの方と作品を創れた感動を共有していきたいです。

作品を見てくださった皆さん今後とも応援よろしく申し上げます!!それでは皆さん来年も良い年を!!

高橋秀明

ほかのメンバーの方々も参加しました。

○千葉市民会館へ心の美術展に行ってきました。展覧会などには一人で行くことが多いため、今回は、メンバーのみんなと一緒に「これすごいね」など作品の感想を話したりして過ごせたことが、とても楽しかったです。また、大ホールでは受賞したメンバーさんの表彰式をみんなで見る事ができて、とてもよかったです。私は子どもの頃に習っていたので書道の部に出品しました。せっかくなので書道字典で自分の好きな書体を一字一字選んだりして練習していたところ、面白くなっていき、これからも月曜日のプログラムなどで書を書けていきたいと思います。

また、今回のようにイベントや日頃の様々なプログラム活動を通して、うれしかったり、失敗したり、いろいろな時間を共有していけたらいいなと思いました。

Y. J.

○市民会館に展示してもらいました。

自分で書いた書道の言葉に私は自信がありました。賞はとれなくとも展示したほかの作品の中で少しは思っていたくらいなので。

いざ見に行くとどこにでもありそうな作品の一部に埋まり、自分の個性のなさを思い知りました。

写真で賞をもらった高橋さんは普段から写真にとっても時間をついやしていたのを知っていたので、ただただ努力不足なのを知りました。

それならば努力をすればいいと思い、これからも書道を頑張ろうと決意しました。



M. K.



11月の誕生会がありました。

○今月は、私とTさんの2人が主役ということで、バルコニーで誕生会をして頂きました。

お料理もケーキも美味しくて幸せな時間でした。

S. S.

○11月誕生会

私とメンバー様の11月の誕生日をバルコニーで皆様に祝ってもらいました。私は土壌改良材を誕生日プレゼントにもらいとても嬉しかったです。

バルコニーで誕生日を祝ってもらうのは二回目ですが去年も今年も楽しかったです。バルコニーの歌を皆様に歌い盛り上がりました。皆様にお祝いして頂きありがとうございました。

I. T.





ランニングをしています！

○地域の茶の間には散歩、ランニングのプログラムが毎週あります。最初のころは近所の公園にみんなで歩くだけだったのですが、十月頃から本格的に走るようになりました。花見川沿いのサイクリングコースをいつも走っています。

外は寒いですが走り出すと、体がだんだん暖まってきた、気持ち良い汗をかきます。
来年の春ごろに行われるマラソン大会に出ることをみんな目標に頑張っています。

K. T.

○マラソンをやろう

マラソンをやろう、という掛け声とともに始まったマラソン。マラソンなんて、走るだけじゃいかとか、スタッフの田村さんの趣味だよとか、不平不満が聞こえてくる中、参加した第一回目。まあまあ的人数が集まった。グループを組んで、スローペースで走り始めた。最初は、気分良く走っていたが、終盤になると苦しくなった。しかし、一緒に走っているKさんは、ペースを落とさない。意地になって、最後まで走った。そしてゴール。

ゴール後は、なんとも言えないほど気分が良くなった。爽快感と充実感でいっぱいになった。走る前とは違ってマラソンもいいなあ、と思い始めた。マラソンについて、調べてみると、週1回では少なくて、日付をあけて少なくとも週2回が良いということなので、自宅でも走ることにした。すると、体力がつき、日中の活動量が明らかに多くなった。マラソンってすごいなあ、体力が格段に向上する。このまま、距離を増やして、やがては10kmそしてフルマラソンだ、と夢見るようになった。しかし、そう上手くはいかないもので、しばらくすると、精神的な症状もあって、走るのが難しくなった。やはり、10km走るのは、無理かなと思いつつも、地活で皆と走るのは、気持ち良いし、ダイエットに役立つので、とりあえず、暑くなる前までは、皆とともに、走っていこうと思う。

S. S.

○皇居ランからマラソンを始めました。現在は地活のプログラムの一部になっています。これからも参加者が増えて続けばいいなと思いました。

A. K.



恋する豚研究所と成田ゆめ牧場に行ってきました。

○2013年12月05日、太陽号バスツアーに参加しました。午前9時30分集合。10時出発。バスに乗って恋する豚研究所に着いたのは11時。着いたらすぐに昼食になりました。豚しゃぶをいただきました。大変美味しかったです。

そのあと恋する豚研究所の施設を見学しました。新しい施設で何もかも新品な感じがしました。ただ、印象に残ったのは屋外にうず高く積み上げられたマキの山で、真新しい建物とマキの山のミ

スマッチがなんだか面白かったです。

その後再びバスで移動して成田ゆめ牧場に行きました。平日（木曜日）だったためか、非常にがらんとしていましたが、私は人混みが苦手なので、のんびりできて大変楽しかったです。

石川良



メンバーの寄稿。(高尾山)

○高尾山に行ってきました

母と叔母と私の3人で日帰りバス旅行に出かけました。

そろそろ紅葉も見納めの時期がきていたので、どうかと思いましたが、まだまだ紅葉は綺麗でした。

天候にも恵まれて1日中晴れていたなので、高尾山の散策は、3時間とたっぷり楽しめました。

S. S.



ビーズ教室から。

○穴のあいてない自然石をワイヤーで包む技術を石居先生に教えてもらいました。ワイヤーが複雑にからんで石を包みこんでいるので、私には未体験の技法が多く苦労しましたが石居先生のご指導で良い作品が出来て満足しています。ビーズ未経験者でもビーズ教室にご参加して頂けると楽しいのでぜひご参加下さいね



I. T.

カフェ・バルコニーのレストランから。

○私がここで働く様になって、この10月の中頃から今まで感じた事は、ここ「カフェ・バルコニーの家」のメンバーさんが作られた料理が、健康に留意していて、とてもおいしく素晴らしいことです。レストランの運営は、普通のレストランでさえ大変難しいのに、ここでは調理や給仕などをメンバーさんが中心になって頑張っていて、おいしい料理をお客様にお出ししているのが感心していま

す。これからももっとお客様がたくさん来ていただける様頑張っ、早く一人立ちして社会に飛び立たれることを期待しています。

12/15 M.T.



新年のあいさつ

あけましておめでとうございます。

昨年は NPO 法人カフェ・バルコニーの家が大飛躍した年でした。

平成 22 年 9 月に「レストラン カフェバルコニー」をオープンしたとき、利用者さんの「障害を持っていても町のレストランに負けないような美味しい食事の出せるお店にしたい、お給料も 3 万円ぐらい欲しい」と言う声を耳にした時は、何としても夢だけに終わらせたくない、叶えようと決意しました。昨年 5 月にレストラン部門が就労継続 B 型事業所になり、工賃 4 万円を超える人が出てきました。不便な住宅地にありながら、顧客も徐々に増えてきました。毎週ランチに来てくださる永山夫人は「私自身が満足しているから毎週違うお友達を連れてきますのよ、少しでもこのレストランをお友達に知っていただいて、その友達がまた違うお友達を連れてきて・・・というように大勢の方にこのヘルシーで美味しいお店を紹介したいの！私にできるボランティアかしら。」とおっしゃってくださり嬉しい限りです。駅から 13 分、周りは住宅地、駐車場なし、それもお食事をいただくお部屋は 2 階なので悪条件だらけのお店です。「レストランらしくなくて、お友達のうちに招待されたみたい。心の病を持っている方が一生懸命サービスして下さるの感じいい」とおっしゃって下さるお客様のお言葉に目頭が熱くなります。近くの磯辺小学校の神尾校長先生も新任の教頭先生と来てくださり「次回は別の先生をお連れしますよ」のありがたいお言葉に、感謝感謝です。12 月は土田美浜区長さんと大木美浜保健福祉センター長さんがランチに来て下さいました。応援団の環が徐々に広がってきました。一人でも多くの利用者さんの就労につながればと、自宅を開放して始めた事業ですが、すでに 5 名の訓練生が就職をしています。

昨年 5 月真砂 4 丁目に心の病を持っている方の居場所である「千葉県地域活動支援センター地域の茶の間」もオープンしました。予想されたこととはいえ地域住民の大反対に遭いました。「このような施設ができると地価が下がる！」、「住民に危害を与えるような事件がおきたらどうする！」。4 月オープン予定を 5 月に伸ばし、説明会も 2 回催し、丁寧に説明させていただきましたが、このような不安はたとえ開設をこれ以上延期して説明しても払拭されるものではありません。地道にここに集う利用者さんが、籠を垂れるしかありません。ボランティアさんを中心にパソコン、パン焼き、手芸、ビーズづくり、絵画、トールペインティング、卓球、フットサル、ジョギング、園芸、将棋、土壌改良材づくり等の活動を通し、各自自分の好きな居場所を見つけ、友達を増やし、落ち着いた日々を送り、集うのが楽しみという利用者さんが増えてきました。借地ですが、無農薬の 500 坪の畑があります。農作業が好きという利用者さんが増えてきたのも嬉しい限りです。確実に体力がついてきました。水道のない畑のため、今年は水をためる装置を作ったり、ビニールハウスを作って冬でも農業ができる様、農作業部門に力を注ぎたいと思います。大地からエネルギーをもらいそれが病氣回復にもつながれば・・・と願っております。

簀下敦子記





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 10 : 30~14 : 30、家族会を開催しております。
次回は第 1 土曜日がお休みの為 1 月 11 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)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 石川まで)
7. ご支援ありがとうございました。
隅修三様 現金 10,000 円、 匿名希望 現金 10,000 円、 甘粕修三様 現金 2,000 円
田野進様 ゆず 65 個 室井茂様 ゆず



<カフェ・バルコニーの家 通信 第 44 号 01 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

