

CAFE BALCONY CAFE

CAFE BALCONY

カフェ・バルコニーの家

通信

平成 26 年 11 月号 (第 54 号)

CAFE BALCONY CAFE BALCONY CAFE BALCONY

寒さが日ごとに増す晩秋ですが綺麗な紅葉を見かけると嬉しくなりますね。

皆様おかわりはございませんでしょうか。

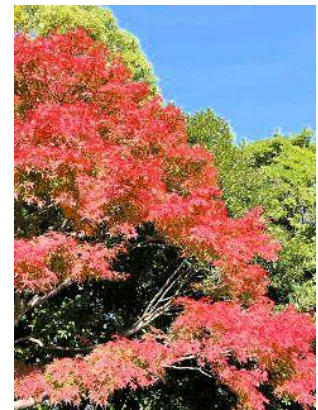
気が付くと時間の流れは速いもので

もう 11 月で 1 年の終わりが近づいてきました。

1 年間もあっという間に過ぎるように感じますね。

お身体を冷やして風邪をひかないようご自愛ください。

カフェ・バルコニー通信 11 月号をお届けします。



紅葉のシーズン

「カフェ・バルコニーの家」の活動紹介



バーベキューの感想を現場で集めました。

- 今回は一言コメントを集めました。
- 涼しくていい経験が出来て良かったです。A. K.
- あつい思いをしました。K. T.
- 肉が美味しかったです M. T.
- 思ったより面白かった。M. K.



○今年のバーベキューは10月2日木曜日に実施されました。地活、バルコニー合同でつごう15人も集まりました。天気は曇り適度に涼しく、炭の炎は景気よく燃え上がり、温度的にも胃袋的にも丁度いい状態でした。肉やら魚やらジャガイモやら野菜やらを焼いて食べ、最後には焼きそばを作りました。筆者は少し食べすぎつつ、写真を撮りまくり、一言コメントなど集めたりして、とても楽しかったです。



和室の片づけ

10月10日の金曜日に地域の茶の間の和室をみんなで片づけました。メンバーのAさんがメンバーミーティングで散らかっている和室を綺麗に片づけようと提案して頂いたのでみんなで片づけをしようという事になりました。



私は片づけがあまり得意ではないので和室をどのように片づけたらいいのかわかりませんでした。でもAさんの頭の中ではどのようにして片づけるのかという計画が頭の中にはっきりあり次々に色々な意見を出して積極的に片づけていました。

処分していいのかわからないものはスタッフに相談しながら片づけました。何のために使うものかわからないものもたくさんありました。使わないものは処分することになりました。

今回の片づけでしまう時にラベルをつけて何がしまわれているかはっきりさせる。取り出す時の事もよく考えてしまうなど勉強になることが多かったです。

最後に片づけを一生懸命して下さったスタッフとメンバーの皆さんに感謝します。



クリニック訪問

椿森クリニック 〒260-0042 千葉市中央区椿森 2-7-13(電話 256-6681)

9月20日椿森クリニックを訪問しました。きっかけは私どものレストランカフェバルコニーへ野村隆司先生と精神保健福祉士さんがお食事に来てくださったことがご縁です。クリニックは千葉モノレール千葉公園駅から徒歩3分の所にあり便利です。マンションの1階にあります。受付のスタッフさんも精神保健福祉士さんも若くて美人で、こぼれんばかりの笑顔で迎えてくださいました。野村先生自らクリニック内を案内して下さいました。「こちらが診察室です。」ゆったりして、緑が多く患者さんもくつろげそうです。「お話しは広い方がいいですから、デイサービス室で行いましょう」、診察室でも十分広いのですが…と思いつつ案内された部屋はさらに広く、明るくキッチンも付いています。ここで若い精神保健福祉士さんとランチを作ったり作業療法で共にペーパークラフトをすると心の病は吹っ飛んでしまいそうです。野村先生と向かい合って座りますと、堂本暁子元千葉県知事が「高齢者も若者も、障害のある人もない人も住み慣れた地域・自宅で自分らしい暮らしが出来る様に！」と千葉県中を駆け回って福祉を説いて周られた頃のことをよみがえってきました。その頃野村先生は厚生労働省から千葉県にいられて、千葉県の医療施策や福祉施策に携わってこられたのです。「その先生がどうして椿森クリニックを開業なさったのですか？」と素朴な質問を投げかけました。「厚生労働省と千葉県を退官した後、(株)ソニーをはじめとするいくつかの企業で産業医をしました。多くのサラリーマンの心の病を見るうち、本人の仕事に早く復帰したいと思う気持ちも、会社の仕事に復帰させたい気持ちもわかりますが焦って仕事に戻るとかえって病状が悪くなるのです。本人の主治医と連携を取ったり、会社とも連携を取りますが、産業医としての限界と同時に地域医療の大切さを感じました。その頃松戸の生駒会松戸診療所(精神科、心療内科)で更に地域医療の大切さを学びました。それが椿森クリニックを始めたきっかけです。」とおっしゃいました。「先生は往診をなさいますが、千葉市では本当に珍しいです。私は多くの家族から本人が病識がないため、自傷他害は別として、医療に結び付けるのが如何に大変だったかという話をよく聞きます。民生委員さんにも往診して下さいる野村先生のことをお話ししましたところ、家族の方にこの朗報をお伝えできると喜んでおられました。野村先生は「私は落下傘です。この地域に固定の患者さんがいません。行ける範囲で、フリーハンドで会いに行きます。これからは高齢化が進んで認知症が増えたり、時代の要求から、精神科医や精神保健福祉士が訪問するのは普通になりますよ。きっかけも大切です。『内科的病気があるかもしれないから診てもらおう』と言って連れてきてもらうのもいいですね。」と言うお話しに、「でも先生それでは総合病院に行かねばなりません」と言いましたところ「いいえ私は内科医でもありますから、内科も診ます」という事でした。なるほど椿森クリニックという名称では一見何の専門病院かわかりません。風邪でも診てくださるそうです。

椿森クリニックは医療法人社団椿森会の一翼を担っています。椿森会は介護保険サービスも行っておりますのでケアマネージャーも在籍して、福祉サービスのサポートもあります。高齢化する精神障害を持った方の親亡きあとの諸問題は、未解決の部分が、まだまだ多いのですが、往診や訪問に

も応じてくださるという野村先生の姿勢は堂本元千葉県知事の「障害のある人もない人も住み慣れた地域・自宅で自分らしい暮らしが出来る様に」という意思を継いで実践されている素晴らしい先生であると思いました。



椿森クリニック外観

診療時間 椿森クリニック 医療法人社団椿森会

診療時間	時間帯	月	火	水	木	金	土	日
午前の部 1	9:00~12:30	●		●		●		
午後の部 1	14:30~18:00	●		●				
午後の部 2	15:00~18:00						●	

(藪下敦子 記)



メンバーの寄稿文

道

人々は歩く
道の上を歩く
始まりも終わりもない道

私たちは歩く
道の上を歩く
ひとりでもそうでもない時も

限りのない道、
一体この先どこまで行こうとゆうのだ

道の始まり、道の終わり
それは誰でも知っていて
誰にもわからない
誰かに導かれているのだろうか

今日も歩く
道の上を歩く

E
・
I

僕はいつだって
どんより曇り
今にも雨が降りそうな
そんな天気
そしたらね
カラスの群れが
雲の中をつついて
空を切り裂いて
光を見出していく
空へ飛んで行け
カラス達
風船をつつくだけじゃなく
空を切り裂け
曇った気持ちに
晴れを呼んで

m、
k

石の時間のなかで渴いた海

「ぶどう酒というぶどう酒は悉く流れ出た」

アルテュール・ランボー

時間とはイメージの優しい性格である。人々はこの時間を手にして悪魔霊と憎悪と地獄と滅亡のなかを、赤い幸せのために突っ走って行った。そして、ふと見ると手のなかにあった時間は種になっていて、いつしかぶち撒かれ、あたり一面は不思議な果樹園に変えられていた。戦争はミイラとなるまでに無意識をどんな無恥の都に晒したか、やがて事実を生み、民俗の睡精を咲かせ、神と寂寥と一緒に散った。木偶ほどの渴望とやっかみと哀れな禁制を庭の月の視界のなかに置いて。

沈黙の時間、イメージの方へ、罪と呪いの街角を曲がった季節の根っ子、土竜、永遠と自然との歴史的な再会としての制度。ぼくたちは空間を秘めて、無限なる精神と花の癒し系の秩序に隠れた愁訴をいつまで貪るか。平和は飢えて孤立する少年の飯の種になりうるか。牧畜という方法から買った牛の舌を食べながら、歴史の光を放つ幾多の宝石の共生にぼくたちを理性的の「固有時」との出遭い、その耀きを信じ、理性的な倫理と愛の抒情と連帯の満ちてゆく時空間を任じたのである。ぼくたちの関係のために、云々。T・N

パン教室

この前のパン教室で先生がご不在の時にカイザーゼンメルを作りました。カイザーゼンメルを作って下さったメンバーに感想を聞いてみました。

カイザーゼンメルは食事パンですのでハムとレタスをつけて美味しく頂きました。

メンバーのみんなの力でカイザーゼンメルを作れたのが嬉しかったです。

カイザーゼンメル型のうずまきの形がおしゃれで食欲をそそりました。 パン教室のメンバー一同





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 10:30~13:30、家族会を開催しております。気軽にお問い合わせください。
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26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 00180-2-322417 NPO法人カフェ・バルコニーの家) をお願いいたします。振込用紙は各郵便局にあります。
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。
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 藪下、043-441-3193 石川まで)
7. ご支援ありがとうございました。
江本素子様(30,000円)

<カフェ・バルコニーの家 通信 第54号 11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 : 藪下 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



【地域の茶の間】 平成26年11月スケジュール表

月	火	水	木	金	土	日
					1日	2日
					8:00~12:00 畑	休み 1日(土)磯辺
					10:00~13:00 園芸(中磯辺公園)	10:30~11:30 家族会
					13:30~14:30 自主製作	12:30~15:30 昼食家族会
3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日
休み	10:00~12:00 フットサル	10:30~11:30 パソコン教室	休み	10:00~12:00 散歩	8:00~12:00 畑	休み コルツァカップ
	13:00~14:00 絵画	13:00~14:00 園芸		13:00~15:00 当事者勉強会	10:30~12:00 料理教室	
	13:30~14:30 土壌改良材作成	11:30~15:30 パン作り		14:30~17:00 畑	14:00~15:00 手芸	
10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日
10:00~12:00 ビーズ	10:00~12:00 散歩	10:30~11:30 パソコン教室	休み	10:00~12:00 散歩	11:00~18:00 千葉市民活動	10:00~17:00 千葉市民活動
14:00~15:00 書道	13:30~14:30 自主製作	10:30~11:30 園芸		13:30~15:00 メソハ*ミーティング*	フェスタ	フェスタ
14:30~17:00 畑	13:30~14:30 土壌改良材作成	11:30~15:30 パンの自主製作		14:30~17:00 畑		
17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日
10:00~12:00 園芸	10:00~12:00 フットサル	10:30~11:30 パソコン教室	9:00~12:00 スタッフミーティング	10:30~12:00 メソハ*ミーティング*	8:00~12:00 畑	休み
14:00~15:00 書道	13:00~14:00 絵画	13:00~14:00 園芸		13:00~14:00 当事者勉強会	10:00~12:00 自主製作	
14:30~17:00 畑	13:30~14:30 土壌改良材作成	11:30~15:30 パン作り		14:30~17:00 畑	13:30~15:00 トールパインティング	
24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日
休み	10:00~12:00 散歩	10:30~11:30 パソコン教室	休み	10:00~12:00 散歩	8:00~12:00 畑	休み
	13:30~14:30 土壌改良材作成	10:30~11:30 園芸		13:00~15:00 当事者勉強会	10:00~15:00 誕生会	
		11:30~15:30 パンの自主製作		14:30~17:00 畑	13:30~14:30 園芸	

*終わりの会は15:30~16:00で行います。
*事業所内外の清掃は皆で協力して毎日実施しましょう。

「カフェバルコニー」 平成26年11月スケジュール表

月	火	水	木	金	土	日
					1日	2日
					10:30~12:00 家族会	休み
					9:00~15:00 次週料理試食 磯辺公民館	
					15:00~16:00 ボイストレーニング	
3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日
文化の日 休み	9:00~14:00 料理(レストラン)	9:00~14:00 美浜区役所販売	休み	9:00~14:00 料理(レストラン)	9:00~15:00 次週料理メニュー 試作・試食 カフェバルコニー	8:00~12:30 区役所朝市
	14:00~15:00 区役所販売準備	9:00~14:00 美浜保健福祉 センター販売		9:00~14:00 美浜保健福祉 センター販売	15:00~16:00 裏千家茶道 掃除・音楽	休み
	掃除・音楽	心の健康フェア 高橋君発表		光太郎のパソコン教室 掃除・音楽		
10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日
9:00~14:00 料理(レストラン)	9:00~14:00 料理(レストラン)	9:00~14:00 美浜区役所販売	休み	9:00~14:00 料理(レストラン)	9:00~15:00 市民活動フェスタ きぼーる	9:00~ 市民活動 フェスタ きぼーる
9:00~14:00 美浜区役所販売 掃除・音楽	14:00~15:00 区役所販売準備	9:00~14:00 美浜保健福祉 センター販売		9:00~13:30 美浜保健福祉 センター販売	アイアイJAZZコンサート 掃除・音楽	
17:00~18:00 スタッフカンファレンス	地区の見回り	光太郎のパソコン教室 掃除・音楽		13:30~16:00		
	掃除・音楽					
17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日
9:00~14:00 料理(レストラン)	9:00~14:00 料理(レストラン)	9:00~14:00 美浜区役所販売	9:00~12:00 スタッフ会議	9:00~14:00 料理(レストラン)	9:00~15:00 光徳祭 千葉市立高等 支援学校文化祭	8:00集合 フリーマーケット at 千葉銀座
9:00~14:00 美浜区役所販売	14:00~15:00 区役所販売準備	9:00~14:00 美浜保健福祉 センター販売	休み	9:00~14:00 美浜保健福祉 センター販売		
15:00~16:00 販売促進会議 掃除・音楽		光太郎のパソコン教室 掃除・音楽		光太郎のパソコン教室 掃除・音楽		
17:00~18:00 スタッフカンファレンス	掃除・音楽					
24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日
振替休日 休み	9:00~14:00 料理(レストラン)	9:00~14:00 美浜区役所販売	休み	9:00~14:00 料理(レストラン)	9:00~15:00 次週料理メニュー 誕生会・試食 磯辺公民館	休み
	14:00~15:40 区役所販売準備	9:00~14:00 美浜保健福祉 センター販売		9:00~14:00 美浜保健福祉 センター販売	カラオケとケーキ カフェバルコニー	
	14:30~15:00 地区の見回り	光太郎のパソコン教室		こころの健康センター 光太郎のパソコン教室		
	掃除・音楽	掃除・音楽		掃除・音楽		

※事業所内外の清掃は皆で協力して毎日実施しましょう。

* 11月5日は青葉の森公園・芸術文化ホールで心の健康フェア2014inちばが開催されます。当事者からのメッセージ「私のかなえたい夢」高橋秀明君が発表します。

※11月17日は販売促進会議です。利用者さん、ボランティアさん、スタッフ全員出席してください。販売実績を上げるため 全員が意見を出し合しましょう。

* 11月28日(金)千葉市こころの健康センターで「私たちの使う薬の話」の講演会が開かれます。講師は千葉大学社会精神保健教育研究センター千葉大学特任教授渡邊博幸(精神科医)先生。