

CAFE BALCONY CAFE

カフェ・バルコニーの家

通信

平成 27 年 12 月号 (第 67 号)

CAFE BALCONY CAFE BALCONY CAFE BALCONY

本年も押し詰まってまいりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

寒さが本格的になってきました。防寒対策をしっかりして暖かい恰好を心がけていきましょう。

もう少しでお正月です。風邪などに注意して、楽しい年末年始をお過ごしください。

カフェ・バルコニー通信 12 月号をお送りします。



11/4 冬のバラ 茶の間の庭にて



カレーのナンを作りました。

水曜日のパン製作でナンを作りました。冷凍していたカレーを使ってナンとカレーを食べました。とても美味しかったので、大量に作ったナンはあっという間に食べきってしまいました。





○ナンの材料はヨーグルトと強力粉がメインで、そこにイーストを足して作るそうです。ご家庭でも作れるそうなので、興味があればぜひ挑戦してみてください。



バーベキューをやりました。

10月24日土曜日、バーベキューをやりました。参加者は総勢20名となりました。天気も良く暑いくらいでした。



バーベキューのコメント

○妹と甥っ子姪っ子を連れてきてとても楽しかったです。
K. M.

○仕込み楽しかった。 F. H.

○いい天気に美味しいものを食べられてよかった。 A. K

○久しぶりに新鮮な空気の中でバーベキューができて、皆で盛り上がって楽しかったです。 H. T.

○マッシュマロ焼きがとても美味しかったです。石川良



コルツァカップを経験して

シンビアス 永井淳一

僕らのチーム「シンビアス」の中には、仕事とフットサル練習を両立している選手が3人いました。そして、練習にはほとんど参加せずコルツァカップ当日だけ参加した人も3人いました。普段の練習も殺風景なものでした。何しろ3人くらいしか練習に来ないからです。そして私(筆者)の背番号は「3」。全て「3」でそろっているのに、結果は4位でした。(泣)

まあ冗談はともかくとして、今回参加した6チームの中で「エスパシオ」と「AG ルナ」が際立って強かったと思いました。これらのチームの理念は「勝ち抜くこと」ではないでしょうか。逆にその他4チームのそれはフットサルを純粋に「楽しみたい」と思っていたのではないのでしょうか。そのように感じました。

しかし、後者のチームの全員がその理念を貫いていたかという点と嘘になります。中には「勝ち」にこだわる人もいたでしょう。チーム全体で理念を確認して大会に臨んだチームは少数派かもしれません。だから、次の大会からはアドバンスとビギナーに分け、アドバンスとは「真剣勝負の場」、ビギナーは「楽しむ場」という風にテーマをつくってみたらどうかと提案します。

あるチームでは2軍、3軍もあって、試合に出たかったのに出られない人が大勢いたと聞いています。そういうチームは2つ、3つに分けエントリーし、会場に来たみんなが試合を体感できるようにすべきではないかと思うのです。

フットサルの裾野を広げ、プレーを通してみんなで元気になることを目標にするためにも。

次に、試合を見ていて残念だなと思ったことを記しておきたいと思います。それは故意にファウルをしたわけではないのに、ベンチのメンバーから“野次”が飛んでいたことです。特に僕らのチームは正式なルールも正確には理解できないまま出場した選手がほとんどです。そうした過度な温度差、実力差を避けるためにもグループ分けは必要だと思いました。

コルツァカップのポスターにはこんなキャッチフレーズが載っていました。「試合の後に咲く気持ち」、野次や強者が弱者をからかうような言動が出るような試合後の気持ちなどたかが知れています。「出なきゃ良かった、もう出たくない」。精神障害者を元気にするどころか逆効果になってしまいます。

僕は今回1回ファウルをしてしまいました。試合後の握手の時、相手チームのキャプテンに「ファウルしてしまってすみません」と謝罪しました。

そうしたら、そのキャプテンも僕らのチームの一人に何か危険なプレーをしたのか謝っていました。

こうした、相手を思いやる一言が出るかどうかでも「咲く気持ち」は変わってきます。ラグビー用語の「ノーサイド」のように、試合後は敵味方の分け隔てなく一緒に笑えたらいいなと思いました。以上。





手作り公園真砂フェスタに参加しました。

10月31日(土)、地域の茶の間から程近い「手作り公園まさご」にて、第1回目の「手作り公園まさごフェスタ」が催され、カフェバルコニーの家も出店しました。

毎回イベントで販売の仕事があるときは茶の間メンバーも参加させて頂いており、今回はフットサルコルツァカップと同日開催だったため3名での参加でした。

イベント全体の印象は、こじんまりとしたスペースで出店数は少ないながらも、その商品はバラエティに富んでいて、自分も近くの学校の生徒さんの木工作品や地元の方の作るふわふわのシフォンケーキなど休憩中に買い物を楽しみました。天候が心配されましたがなんとか持ちこたえ、ただ、肌寒いような気温でしたので温かい豚汁やおでんが大人気で飛ぶように売れ、追加で作って届けてもらいアツアツのところを提供したら大変喜ばれました。10月中旬に行われた真砂ふれあい祭りでも弊会の豚汁を買ってくださったという方からは「ふれあい祭りでもいただきましたけど、野菜を食べない子どもたちが美味しい美味しいって食べたのよ!」とうれしいお声もいただきました。

手づくり、安心・安全にこだわって作られたバルコニーの商品を販売できることは茶の間のメンバーにとっても有り難いこと。自分の店の商品を自信をもってお勧めして買っていただく、お客様と直接ふれあい会話をし、ありがとうございました、と感謝をする。そういう販売・接客の経験が将来の社会とのつながりに役立つのだなと毎回感じながら活動させて頂いています。これからも経験値をふやしながら自信につなげていきたいと考えます。

大矢若菜



10/17、真砂コミュニティふれあい祭りに参加しました

館内の調理室にて仲間三人と一緒に唐揚げを作っては売り場に運んでいました。当日は来場者、出店団体ともに多く、中でも低年齢層の多さが印象的でした。

また、比較的冷え込んでいたためか売れ行きが非常に早く次々と追加発注が入ったり、買い足した肉の分までどんどん売れていったようでとても驚きました。

お昼頃館内を見ながら一休みしていた時、お菓子を売り歩いていた子供たち三人を見かけ、とりあえず(何か事情(?)があったような覚えがあるのですが詳細は忘れました)袋のお菓子を買って食べてみたところ、南部せんべいとかりんとうのあいのこみみたいな感じで美味しかったことも、これを書く中で思い出しました。

S.



○真砂コミュニティふれあい祭りのメンバーの感想

10月17日(土)真砂ふれあい祭りに手伝いとして参加しました。

ほとんど情報もなく慣れてないことをやるので、やる前は不安もあったが、やってみたら楽しかった。

みんなの頑張りに僕も刺激を受けて、楽しく仕事ができよかった。

唐揚げの売り上げがよくて足りないとわかった時、皆が一体となって追加して調理してもらった。この日のみんなの頑張りが出ていて、この日、一番印象に残っている。

祭りの手伝いは今まであまりやってこなかったのだが、1日で色々な経験ができたので次回またあったら、また参加してみたいと思った。

J.M.



今月の寄稿文

かんがえても

かんがえても

答えが出ない時がある

人と話して言葉に出して

ようやっと

答えが出る時がある。

「私は今、何がしたいの？」

かなえられる夢

ならば

「何が」なんて

思わないのに。

「どうやって生きたいの」

ああ、そう考えて

みようかな

私の足元が今

見えた気がする

M・K

かぐや姫の月の街角

了解という「諭」あるいは山椒魚の閉じ込められ、ぼんやりと薄目を開けて世界ビジョンの頂点みたいな星座へ昇ってゆけると素朴に信じていた者は、現実よりもその先にある幸福なこずえに止まっているフクロウの如く体験も経験も夢あるいは天使の魔法の下に閉じ込められていたのである。こういう暗い存在こそ、自己自身の石化あるいは愛と時間の雪解けをとおして、真実の精神と肉体を生きて癒されるために、長閑な山椒魚の世界から敢えて逃亡する意味があつて、美学的可能性もある。そのために備えられ、内面性の命の都会へ旅立つ、自由、あるいは失踪しない言語、真理という耀く道ずれの切符を手に入れるのだ。

ぼくたちはそこでこの「文字」の字画のなかで越えられない関係があることを知って、自由な意思惟の平等、それとも一線を分かつこと知識からの遠い憧憬である。共生の可能性と不可知性と家族の旅路に咲く音楽的な優しい詩と歴史のおさらい、詩の自活している環境と理性の無意識圏へ向かう澄明という至高のイマジネーションの再生の舌。それは天体のなかの私生活の発見。古代人の死を忌んだ階級みたいに時間と制度の自然という自意識とは暗い。いわば「冬の花神」は「言葉」の自意識の歌を元気に歌っているからである。

感謝です。

T・N

暴れ窓燈火灯せカテコール

十一月一日



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、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。
2. 「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 円からご自由です。
(郵便振替 00180-2-322417 NPO 法人カフェ・バルコニーの家)
3. カフェ・バルコニーの家では、毎月第 1 土曜日 10:30~13:30、家族会を開催しています。気軽にお問い合わせください。
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)

＜カフェ・バルコニーの家 通信 第 67 号 12 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27年12月スケジュール表

月	火	水	木	金	土	日
	1日	2日	3日	4日	5日	6日
	10:00~12:00 ピアサポート勉強会	10:30~11:30 パソコン教室 13:30~14:30 絵画	休み	10:00~11:30 散歩 13:00~15:00 当事者勉強会 14:30~17:00 畑	8:30~12:00畑 10:00~12:00 園芸 庭の木の剪定	休み 5日(土)磯辺 10:30~13:00 家族会
7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日
10:00~12:00 ピース・デコパージュ	10:00~12:00 ピアサポート勉強会	10:30~11:30 パソコン教室 11:30~14:30 パン教室 13:30~14:30 園芸	休み	10:00~11:45 フットサル 13:00~15:00 当事者勉強会 14:30~17:00 畑	8:30~12:00畑 10:00~13:00 料理教室 14:00~15:30 手芸	休み
14:00~15:00 書 14:30~17:00 畑						
14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日
10:00~11:30 中磯辺公園園芸	10:00~12:00 ピアサポート勉強会	10:30~11:30 パソコン教室 11:30~14:30 パン自主製作	9:00~12:00 スタッフ会議	10:00~11:45 フットサル 13:00~15:00 通信作成 14:30~17:00 畑	クリスマス会 10・11・12月 合同誕生会	休み
13:30~15:30 フットサル 14:00~15:00書 14:30~17:00畑	13:30~14:30 絵画					
21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日
10:00~11:30 中磯辺公園園芸	10:00~12:00 ピアサポート勉強会	休み	休み	10:00~11:45 フットサル 13:00~15:00 当事者勉強会 14:30~17:00畑 通信作成	8:30~12:00畑 13:00~ 通信作成	休み
13:00~通信作成 14:00~15:00書 14:30~17:00畑	13:30~15:30 フットサル 13:00~通信作成					
28日	29日	30日	31日	1日	2日	3日
大掃除 餅つき 餅花づくり	年末年始休暇 3日まで					
4日						
初詣						

*事業所内外の清掃は皆で協力して毎日実施しましょう。

*フットサルはこころの健康センターで行うことを基本としていますが
会場が変更になる場合もございますのでお問い合わせください。

*1月4日(月)9時半 千葉駅東口モノレール階段前集合～千葉神社～すし波奈(昼食)

「カフェバルコニー」 平成27年12月スケジュール表

月	火	水	木	金	土	日
	1日	2日	3日	4日	5日	6日
	9:00~14:00 レストラン(料理)	9:00~14:00 美浜区役所販売 美浜保健福祉 センター販売	休み	9:00~14:00 レストラン(料理)	9:00~15:00 次週料理メニュー	休み
				9:00~14:00 美浜保健福祉 センター販売	試作・試食 磯辺公民館	
	掃除・音楽	掃除・音楽		掃除・音楽	10:30~12:00 家族会	
	売店休み	売店		売店	15:00~ ボイスト レーニング	
7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日
9:00~14:00 レストラン(料理)	9:00~14:00 レストラン(料理)	ふれあい給食 弁当 40食	休み	9:00~14:00 レストラン(料理)	9:00~15:00 新料理メニュー	8:30~11:00 朝市
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 美浜区役所販売 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	試作・試食 磯辺公民館	(美浜区役所) 10:00~15:00
	14:30~15:00 見回り散歩	掃除・音楽		掃除・音楽	15時~16時半 茶道教室	稲岸公園プリマ
売店	売店	売店		売店	売店	売店12時半まで
14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日
振替休日	9:00~14:00 レストラン(料理)	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 レストラン(料理)	9:00~15:00 次週料理メニュー	休み
		14:00~15:00 区役所販売準備	休み	9:00~14:00 美浜保健福祉 センター販売	試作・試食 カフェ・バルコニー	
		掃除・音楽		15:00~16:00 販売促進会議	クリスマス会 10・11・12月合同 誕生会	
売店	売店	売店	売店	売店	売店休み	
21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日
9:00~14:00 レストラン(料理)	9:00~14:00 レストラン(料理)	ふれあい給食 弁当 40食	休み	9:00~14:00 レストラン(料理)	9:00~12:30 新料理メニュー	8:00集合 フリーマーケット at千葉銀座 10:00~
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	試作・試食 磯辺公民館	
	14:30~15:00 見回り散歩			(15:00ギター教室) スタッフカンファレンス	大掃除 片付け	
売店休み	売店	売店休み		売店	売店	売店12時半まで
28日	29日	30日	31日	1日	2日	3日
大掃除 餅つき 餅花作り		売店棚卸	年末年始休暇 3日まで			
売店	売店休み					
1月4日						
初詣	5日から 通常活動					
売店						

※ 13日(日)朝市と稲岸公園プリマ

※ 1月4日(月)9時半 千葉駅東口モノレール階段前集合 ~ 千葉神社 ~すし波奈(昼食)

※ 1月4日(月) 売店初売り レストラン・イベント休み