

橋本さんお疲れ様でした！

土曜日の非常勤職員としてこかげに1年間勤務された橋本 梓さんのお疲れ様会を3月3日(土)に開催しました。

4月から新天地にて福祉の仕事をする橋本さんに向けて、参加された方々より一言ずつ温かいメッセージが贈られました。

ご参加くださった皆様、1年間こかげを支えて下さった橋本さんありがとうございました！



ハートランド友の会主催 カラオケ大会を開催しました。

3月18日(日)にハートランド友の会主催のカラオケ大会がホテル第一イン池袋にて行われました。豊心会の各事業所から様々な利用者さんのご参加がありました。

こかげからの参加者より感想を伺っています。

・邦楽・洋楽・ロックにバラード…。時代を感じる懐かしい曲。仮装したり踊ったり。歌う阿房に観る阿房。同じ阿房なら歌わなきゃ損。ということで今年も大変盛り上がりました。(こかげ利用者)

・美味しいピュッフェとみんなの明るい声に囲まれて楽しかった。一番の驚きはカラオケによる歌が作り出す皆の一体感でした。(宮本) 友の会の皆様ありがとうございました。



～平成30年3月で退職になる職員よりご挨拶～

・橋本梓さん

平成29年4月より週1回、学生アルバイトとして勤務していましたが、大学卒業に伴い退職することになりました。こかげの皆様は本当にあたたかく接して下さって、とても楽しく勤めさせていただきました。会員の皆様、スタッフの皆様には大変お世話になりました。本当にありがとうございました。新天地でも頑張ります！

・齋藤なをみさん

オープンスペースから眺める風景が好きです。桜の花とともに木々から新しい芽がふき始めています。皆さまには5年間大変お世話になりました。

時には雨や風、寒さに身を縮めることがあっても、一休みすれば態勢を立て直すことができます。皆様がこかげに憩い、静かな時間、楽しく賑やかな時間をすごしながら、それぞれの自分らしい人生を歩んで行くことができるようお祈りしています。お元気で！

・金さん

平成29年3月より、こかげで週1回勤務することになり、色々と学びを深める大事な経験をさせていただきました。今回3月で、大学院の修了に伴い、退職することになります。約1年間、こかげを含め、豊心会の皆様には大変お世話になり、感謝申し上げます。



てあとるみのり第19回公演「影の舞台」が行われました！

3月9日(金)～3月11日(日)にててあとるみのり第19回公演「影の舞台」が北池袋新生館シアターにて行われました。今回の作品は役者さんそれぞれが自分の課題と向き合い、新しい役どころに挑戦していたように見え、内容はもちろん作品全体に熱意を感じました。

本作品にはこかげを利用されている方も関わっていたため、メンバーさんに感想を伺ってみました。

・「やりがいのある役を貰えて楽しく演じられました。とても楽しい舞台なので劇場待ってるぜ！」(大物演歌歌手付き人池田役田中)

・「喉が心配だったけど、無事に演じられました！」(大物演歌歌手役岩崎)

次回予定

・ハートランドチャレンジフェス5月12日(土) @南大塚ホール

・てあとるみのり第20回公演は、10月19日(金)～10月21日(日)

その他ホームページでも詳細をお知らせしておりますのでご覧ください。



編集後記

冬季オリンピック2大会連続金メダルを受賞した羽生選手の国民栄誉賞受賞の方針が検討されています。受賞が決まれば将棋の羽生氏、囲碁の井山氏に続く国民栄誉賞受賞者となります。国民栄誉賞は広く国民に愛され、社会に明るい希望を与えることに顕著な業績のあった人に贈られます。国民栄誉賞とまでいかなくても「頑張ったな」と思えた時には自分自身を褒めて、たまには自分にもご褒美をあげたいと思うこの頃です。今年度もこかげ便りともども地域生活支援センターこかげをどうぞよろしくお願いいたします。



社会福祉法人豊心会 地域生活支援センターこかげ 平成30年4月
こころの健康と生活に関する相談をお受けしています



こかげ便り

〒170-0013 豊島区東池袋4-5-1-103 TEL 03-5958-1990
HP <http://www.housinkai.or.jp/> FAX 03-5958-2096

今月の巻頭言

本に関する記念日と新年度のご挨拶

早いもので年が明けて3か月が過ぎ、新年度がスタートします。春は新しいことに挑戦したくなる季節です。未知のものを調べたり、気軽に新しい世界に触れたりできるものとして、「本」がありますね。4月中には「本」に関する記念日があります。4月23日は「サン・ジョルディの日」、4月30日は「図書館記念日」です。

「サン・ジョルディの日」とは、親しい人に気持ちをこめてプレゼントを贈り合う、スペイン・カタルーニャ地方のお祭りの日で、女性から男性には本を、男性から女性にはバラ等の花を贈るそうです。龍退治をして王女を救ったという守護聖人サン・ジョルディの命日とスペインの文豪セルバンテスの命日がともに4月23日で本を贈るようになったのだとか。シェイクスピアの命日も同じ日、これも「本」に関わる日になるのでしょうか。

また、「図書館記念日」は、昭和25(1950)年4月30日に図書館法が公布され、近代的な図書館発展の基盤となった日を記念して記念日となりました(日本図書館協会が昭和47年から実施)。これらの日に本に親しむのも素敵な春の一日になりそうですね。

ところで、地域生活支援センターこかげにはたくさんの本があります。以前、利用者や近隣住民の皆さんからの寄付も多数あり、こかげならではの精神保健福祉分野の専門書から小説、漫画まで、幅広い蔵書になりました。こかげにお越しの際にはぜひチェックしてみてください。興味を持つ一冊があるかもしれません。原則的にはこかげの中での閲覧になりますが、登録会員の方の特典の一つとして、一週間貸出しすることができます。こかげ会員の登録は年度ごとの更新です。これまで会員だった方はぜひ新年度になったこの時期に更新をどうぞ。新たな会員登録もお待ちしておりますので、こかげスタッフにお声がけください。

今年度もどうぞよろしくお願い申し上げます。



コスモス茶話会 春の遠足のお誘い

日時：2018年4月1日(日)

午前11時こかげ前集合

場所：醸造試験所跡地公園
(飛鳥山公園の近くです。)

会費：100円

(お弁当は用意します。)

申し込み：特に必要ありませんので
当日お待ちしております！

雨天の場合は、こかげにて一緒
にお昼を食べましょう。

4月のプログラムに関するお知らせ

・就労相談について
4月より、就労相談は職員の体制の都合により終了となります。就労に関して何かご不安なことがありましたら一般の相談にて伺いますので、お気軽にお声がけください。

・コミュニケーション教室について
4月より講師の都合によりコミュニケーション教室は終了となります。これまでご参加いただいたみなさんありがとうございました。

・お華のグループについて
担当スタッフの都合により、開催曜日が金曜日から火曜日に変更となります。4月は17日(火)の予定です。

ご理解・ご協力のほどよろしくお願いいたします。

こかげ 4 月予定表

街で暮らそう Vol. 70

3月15日(木)にピアサポーターの活動の一環として川崎市にあるNPO 法人レジストに見学に行ってきました。レジストさんは従業員 12 名のうち、ピアスタッフ(精神科等の診断が付いていて、障がい当事者としての経験がある職員)が 8 名いらっしゃる法人です。就労継続支援 B 型事業と共同生活援助(グループホーム)等を実施しています。見学当日は「レジネス」と「Socialworkshops Bremen St.」という就労継続支援 B 型事業所に伺いました。「レジネス」ではコーヒーを豆の選別からおこない、自家焙煎をしたものを袋詰めして商品として完成させていました。「Socialworkshops Bremen St.」は、そのコーヒーの他にも全国の障がい者施設で作られた『イイモノ』をセレクトして販売しているお店です。お話を伺って印象的だったのは、ピアスタッフがいることによる風通しの良さを感じたことです。見学に行った Re START のピアサポーターも「もっと以前から、こういった事業所があったら良いのにな」という感想がありました。

イライラや憂鬱な気分の際によいアロマオイル特集

情報提供



～イライラするな…という時～

さわやかなオレンジスイート、グレープフルーツといった柑橘系の香りやカモミール、ジャスミン、ラベンダーなどフローラル・ハーブ系の香りが良いそうです。

～不安や心配を感じる時～

オレンジスイートやグレープフルーツ、ベルガモット、マンダリンといった柑橘系の香りやジャスミン、ラベンダーなどのフローラル系の香り、またローズウッドという樹木系の香りが良いそうです。

カモミールやジャスミンはハーブティーとして飲んでみるのも良いですね。他にも、様々な効果のアロマオイルがありますので、ご自身の気分や好みに合わせて使ってみるといいかもしれませんね。

みんなの広場 ～投稿コーナー～

こかげ便りでは皆さまからの投稿作品をお待ちしております。小説やポエム、コラムなど、内容や文字数についてはスタッフまでお問合せください。



平昌五輪(ピョンチャンオリンピック)を振り返って

レオナルド・ボンド
大会 4 日目高木美帆選手が、千五百で 1 位と 0.2 秒差の銀、ジャンプ高梨選手銅、モーグル原選手銅。6 日目ハーフパイプ平野選手銀、千mで小平選手が銀、高木美帆選手が銅、複合渡部選手銀。9 日目フィギア羽生選手 66 年ぶりの連覇の金、宇野選手が銀。10 日目五百m小平選手金。13 日目女子団体追い抜きで金。これで高木美帆選手は金銀銅コンプリート。16 日目高木菜那選手新種目マスタートで金、これで高木菜那選手は、団体追い抜きと合わせ、金 2 個は女子冬季五輪初。女子カーリング L S 北見銅。「そだね」・モグモグタイムが流行語に。

東京五輪、パラリンピックに夢が膨らむ。



「文月あきらとは何か？」④

ボルチーチョスズキ

四番目に、文月は、若い頃、よくジャニーズ？アイドル？だったらしいのだ。
こんな話がある。
ある日のこと、若き文月が街を歩いていたようだ。
そして、4メートル先の善男、善女に、フーッと息を吹きかける、相手は、フーッとメロメロになってしまったらしいのだ。
ス、スゴすぎる。
文月おそろべし。



第二の人生

一人生にムダはないー

うるしばら秀男

誰でも、いつかはやって来る第二の人生。
仕事一筋だった人にとってはどう過ごしたらよいか戸惑うらしい。
ところが、若い時代の蹉跎が、第二の人生で生きて来る場合がある。
実は、若い時代に悩んだことが第二の才能となることもある。
私の場合、出世街道が外れ人知れず日記を書いていたことが、今は執筆活動の源となっているのだ。

日	月	火	水	木	金	土
1 日曜開所 コスモス 茶話会 春の外出 11時～	2 パソコン教室 18:00～19:00	3 プログラムは ありません。	4 Re START @こかげ 16:00～17:30 ※参加希望の方は スタッフまでお問い合わせください。 夕食サービス 18:00～ ～未定～	5 ＜閉所＞	6 お便り編集委員会 14:00～15:00 仕事ミーティング 18:00～19:00 @こかげ	7 囲碁・将棋 15:00～18:00
8 ＜閉所＞	9 パソコン教室 18:00～19:00	10 パソコン教室初級 16:00～17:00 英会話 18:15～19:00	11 夕食サービス 18:00～ ～未定～ フリートーク 15:00～16:00	12 ＜閉所＞	13 家族相談 14:00～15:00	14 囲碁・将棋 15:00～18:00
15 ＜閉所＞	16 パソコン教室 18:00～19:00	17 お華のグループ 15:30～16:30	18 夕食サービス 18:00～ ～未定～	19 ＜閉所＞	20 プログラムは ありません。	21 囲碁・将棋 15:00～18:00
22 ＜閉所＞	23 権利擁護相談 14:00～16:00 (要予約) 茶の湯 14:00～15:00 パソコン教室 18:00～19:00	24 パソコン教室初級 16:00～17:00	25 夕食サービス 18:00～ ～未定～	26 ＜閉所＞	27 夕食会 18:00～19:00 @マイファーム	28 カラオケサークル 15:30～17:30 場所: カラオケボックス @大塚駅近辺
29 ＜閉所＞	30 ＜閉所＞ 昭和の日 振替休日	【今月お休みのプログラム】 ・手話サークル 楽しみにされていた方もいらっしゃるかと思いますが、ご理解の程よろしくお願い申し上げます。				

～メニュー～
から揚げ、
野菜の和え物など
※メニューは変更になる
可能性があります。

*4月の専門相談(事前にご予約ください。)

家族相談: 4月13日(金)14:00～15:00
権利擁護: 4月23日(月)14:00～16:00

*グループ活動について

◎仕事ミーティング、夕食会、夕食サービス、カラオケサークル、運動グループ、専門相談は事前予約が必要です。締切日等、詳しくはスタッフまで、よろしくお願いいたします。
◎仕事ミーティング、夕食会、夕食サービスの当日キャンセルにつきましては実費いただきますのでお気を付け下さい。

パソコン教室(月曜)
4月の予定
パソコン基礎

※変更になることがあります

＜開所時間＞
月火水金 13～19時
(木曜日は閉所)
土曜 11時～18時
毎月第1日曜 11時～18時

- ◆JR池袋駅 東口より 徒歩 15分
- ◆東京メトロ有楽町線 東池袋駅6・7番出口より 徒歩2分
- ◆都電荒川線 東池袋四丁目駅より 徒歩3分

