

こぶし だより

働く障害者も
SSKW
働けるんだオレたちも

こぶし作業所MAP

東京街道

一条中学校

ぜひきてください!

くるび

キッチンセルフ

本格紅茶をどうぞ!

環状線

日光街道

至JR宇都宮駅

新4号線

こぶし作業所
こぶし作業所相談支援センター

柳田街道

柳田大橋

下請け作業
やっています!

CONTENTS

- ① トピックス 2P~3P
- ② 特集『こぶし作業所』ってどんなところ?』.. 4P~5P
- ③ ふれんどパーク 6P
- ④ こぶしサポーターズ 7P
- ⑤ アドレス・編集後記 8P

No.314

2007
8

トピックス

こぶし作業所 作業別懇談会を実施しました

六月の最終週に各作業別に保護者の方との懇談会を実施しました。主な内容は、作業場面の見学と職員との懇談会です。

今回で三回目になりますが、今年はこれまでと違い、各班ごとの特色を出すことにしました。見学の場面では、班長(仲間)が進行、説明をしたり、写真と合わせてのメンバーの紹介をしたり、一緒に物資販売に参加していただいたりと、班によっていろいろでした。保護者の方は、写真入りの名刺を手渡して真剣に販売の願いをする姿や、細かい分解の仕事などに取り組んでいる様子に接して、「こんな仕事ができるんですか」「みんなと一緒に作業に取り組んでいるんですね」と、自分の子どものこと、班全体のまとめ、助け合っている様子に驚いたり、感激したり、ちょっと心配したりと、あらためてこの一年間の利用者の変化を受け止めてくださったようでした。

続いて懇談のなかでは、互いに作業所とご家庭との様子を伝え合い、職員がどんなことを大切にしているのか、こだわりの強い利用者の家庭生活のご苦労と、みんな同じ

苦労をしていることに安心(?)の声も出されました。また、居宅サービスを利用している方の体験なども話され、保護者同士の情報交換の場にもなったようでした。作業所に対しては、現在実施している二泊三日の自立生活体験のほかに、希望者のみの宿泊体験(二泊二日)や、利用者・家族・職員みんなが参加できる行事などの要望が出されました。特に利用者だけの親睦旅行に家族も参加したいという意見が強く出され、今後の検討課題とさせていただきます。

後期には、家庭訪問を予定しております(毎年やらなくてもよい、というご意見もありました)。そのときにまた、一年間の道のりと到達点を確認しあっていたらと思っております。家族のみならず、うるさがらずに優しくお願いいたします。

懇談会担当職員

セルフ・みらい

七夕特集

七月七日(土)七夕の日と活動日が偶然にも重なり、セルフ・みらい文化班のメンバーから七夕の飾り付けをしたーい!という要望をうけ、利用者・職員で竹を切る場所からはじまり、折り紙や模造紙などを使って、各々で飾りを作り、短冊に願いを込めて、最後はみんなで竹に飾り付けを

行いました。空を見上げると残念ながらもりでしたが、「来年は晴れるといいね」「そうだね」といながら楽しい時間を過ごすことができました。



「みんなで、はいピース！」

セルフ・みらい ダイエットに挑戦してみます

息子の智がセルフ・みらいの健康診断の結果、異常が見られ再診の指示を受けました。中央クリニックにて再検査を受け、血液検査で中性脂肪と血糖が高く、メタボリック・シンドロームの疑いがあると言われ、息子・智のダイエットをすすめられました。そのためには、食事の改善と運動をすることが一番大切なことと聞かされ、始めることになりました。

そこで目標体重を一〇三kgから九〇kgに、血糖値が少しでも下がるように努力することにししました。食事には大好きな肉とカップメンを肉を油ぬきし、カップメンを生ラーメンに変え、あまり食べなかつた野菜を多くし毎日食べることにしました。また、ジュース類も糖分が多いため、お茶に変えたほうがよいと考え、変えることにしました。色々なお茶をテストして息子に飲んでもらったところ、あまり味にこだわりがないことがわかり、バナバ茶、その他糖分を控えた体によいものを主に飲ませました。毎日二リットル以上、休日は四リットルを飲むようになりました。煮出すため大変ですがヤカンで二杯作っておきます。

結果的には、あまり嫌がらず野菜をドンブリ一杯分を食べますので食のバランスがとれたこともあり、特に変化がみられたのが体重が一〇三kgから九二kgに、血糖値が三三九から一〇一とHbA1cが三四四から二二四に減少し大改善されました。しかし中性脂肪が二四三から二二四と、あまり減っておりませんので今後、病院の先生のアドバイスを受けながら、ときどき好きなものを食べさせ、あまりストレスをためないようにして長続きできるようにしていきたいと思っています。

阿久津 みち子



こぶし作業所 旅行にむけて

「すいません、見積もり遅くなってしまつて……」
「何のことでしょう?……」

約一〇ヶ月ぶりに連絡を取つた旅行会社の人と職員との会話です。

さて、こぶし作業所では今年も実行委員会を立ち上げ、一泊二日の親睦旅行を企画しています。実行委員は何度も会議を重ね、図書館に行ったり、みんなにアンケートをとつたりしました。そしてやっと行き先を絞り込み、旅行会社に見積もりや旅程の詳細を出してもらおうと電話を入れました。すると、すでにこぶし作業所名で見積もりをお願いしてあつたのです。

実は電話を入れる数日前のお休みの日に、実行委員のうちの一人が直接旅行会社に出向いて、見積もりをお願いしていたのです。

旅行会社と連絡を取る担当者がほかに決まつているにもかかわらず先走つてしまったことは残念ですが、名刺を渡し、しっかりと要点を話してきた彼の力にはびつくりしました。

彼ががんばつた見積もりなどを元に、みんな力を合わせて旅行に向けての準備もいよいよパワーアップしています。

魚釣りが好き

第2けやき作業所 加藤 一位



魚釣りは、まずえさに始まりえさに終わるとも言われる。まぶな釣りには、キジエ別名ミミズとも言うものを使います。針については、秋田キツネを使う。なぜキツネを使うかと言えば、かかった時、はずれにくいからである。又、ミミズはたいがい所の所、たとえば家の生ゴミを捨てるころなどには、たくさんいて、よく手に入るからである。又竿については一m一五cmぐらいが一番良いとされる。川については深さ七〇cmぐらいが一番良いとされる。さらに良いのは、水が濁るのが良いよどみ等があるのが良いとされる。又、季節については春と秋が良いとされる。又、針がかかつてしまいうまくははずれないことがある。このときは、針もどしと言う道具を使用する。釣具店に行けば売っている。又使い方がわからないときは釣具店の人とかわかる人に聞けばいい。場所等については、最近あまり小川と言われる所がなくなつてしまつたので大川と呼ばれるところ、例を挙げれば五行川とか野元川、この河川に入るときは、県の許可証等が必要になってきます。尚、許可証については、鬼怒川のもとにある加藤釣具店で売られている。値段は年間五千円くらいだと思います。

もしも、もっと詳しいことが知りたい方は私にお尋ねください。

連絡先 〇二八―六七七―〇四九五

『こぶし作業所』って どんなところ？

特集



〈働く〉

こぶし作業所

こぶし作業所は、知的障がいのある方が、働くことをとおして生きていく力を高め、喜びをつくり出していくことを目指しています。ご自宅や仲間同士でくらすケアホームから通ってきています(37名)。

仕事は、作業所内での下請け作業と物資販売、また、市内で軽食喫茶(キッチンセルフ・おみせやさん「くるぶ」)を行っています。

残念ながら月額「工賃」は生活費からほど遠い状況です。魅力的な仕事をつくることと工賃を上げることがこぶしの最大の課題です。

●●● こぶしで行われている作業 ●●●



ベアリング(車の部品)の組み立てパチパチ音をはめています。



パソコンの部品を選別するトレイを再利用するための「トレイ選別」小さな数字を見間違えないように真剣です。



アクセサリーの袋詰めなど細かい作業もがんばります

食料や衣料、カレンダーなどの物資販売、毎度ご協力ありがとうございます。
 その他臨時の急ぎの仕事もこなしています。

協力企業
 宇都宮機器㈱
 成木コンテナー㈱
 ㈱マルタカ
 ㈱α・クリエイト
 ㈱関東ロジスティック

宇都宮市柳田町1401
 ☎028-662-1911

く る ぶ

静かで落ちついたお店「くるぶ」です。

おすすめのくるぶカレー、パスタ、地産地消サラダでお腹いっぱいになった後、心がやすまる5種類の紅茶とほろにがいコーヒーで一息しませんか？



- くるぶカレーセット (サラダ・デザート・ドリンク付)……………¥900
- 本格紅茶・コーヒー……………¥350

今年4月に始まったばかりで、まだまだあまりお客さんがいません。もっと仕事がしたい！

宇都宮市一条2-7-1 双葉ハイム一条1F(おみせやさん内)
 ☎080-1348-6653



「こぶしだより見たよ」といってお食事をされた方、ドリンク1杯サービス！！(10月末まで)



キッチンセルフ

日当たりがいい明るい雰囲気店内で、手頃な価格でおいしい料理が食べられます。とても穏やかな時間が過ごせますよ！！



- 生姜焼き定食……………¥800
 ボリュームたっぷりです！
- 冷トマトのスパゲティー……………¥800
 女性に人気！！さっぱりしたおいしさ！！

●●● 仲間からのアピール ●●●

窓から見える景色は最高！！楽しい仲間がたくさんいるお店です。ぜひあてかけください☆

ボランティア 募集 仲間と一緒に働いてくれる方大募集！！お血洗いなども大歓迎です！！

宇都宮市若草1-10-6 とちぎ福祉プラザ内 ☎028-622-0966

〈相談〉

こぶし作業所生活支援センター(こぶし作業所内)

障がいのある方やそのご家族からの相談をお受けしています。一緒に悩んで考えていくことで、その方がその時に一番良いと思える解決方法を見つけられるようなお手伝いを心がけています(宇都宮市委託事業)。

〈活動する〉

ながま自治会

いろいろな活動の中心になるのがながま自治会です。選挙で選ばれた役員を中心に、仲間の要求をまとめたり、年間の行事を決めたりします。自分たちで計画を立てて実行し、できるだけ職員に頼らないようにしています。こぶしの「元気の発信地」です。



クラブ活動

月に1度土曜日、クラブ活動の日があります。



〈地域と共に〉

こぶし作業所後援会

後援会は、主にこぶし作業所の運営を財政面から支援しています。

地域の方々や社会と作業所とを結び窓口として、フリーマーケットやバザーなどにも取り組んで、障がいのある方々にとって、本当に役に立つこぶし作業所に育てていくことが目的です。ぜひご入会ください。



こぶし作業所保護者会

作業所と二人三脚で歩んでいます。環境美化を一手に引き受けています。

〈くらす〉

こぶしのときわ荘・くるみ(ケアホーム)

支援員「ケアホームってどんなところですか？」
 仲間「ゆうえんちみたいに楽しい」
 「ごはんがおいしいよ」
 「お出かけが楽しみ」

仕事が終わったプライベートな生活の時間を、ゆったりと楽しく過ごしているようです。

関心のある方、遊びに来てください。



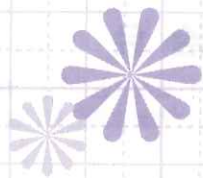
こぶしのボランティア募集

- 仲間と一緒のお手伝い
 作業・クラブ活動(スポーツ等)・行事(親睦旅行やボーリング大会など)
- 後援会のお手伝い
 フリーマーケット・チャリティーバザー



〈成長記録〉

1974年 9月	こぶし共同作業所設立準備委員会発足。ここがこぶしの第一歩です
10月	こぶしの応援団「こぶし共同作業所後援会」結成
1980年 4月	6年の準備期間を経て、やっと働く場所「こぶし作業所」(定員30名)ができました
7月	保護者も「保護者会」を結成。こぶしの樹がだんだん太くなります
8月	「仲間自治会」結成。これでやっと『こぶし』のほんとうのスタートとなりました
1999年10月	家族と離れてながまと生活するグループホーム「こぶしのときわ荘」(4名)開設です
2000年10月	“いらっしやいませ”軽食喫茶「キッチンセルフ」開店！(運営受託)
2001年 4月	こぶし作業所のながまが増え、にぎやかになりました(定員35名)
10月	在宅の障がいのある方々の生活をお手伝いする「宇都宮市知的障害者生活支援事業」が始まりました
2005年 3月	グループホーム「くるみ」開設。男女7名楽しく暮らしています
2007年 4月	市内障害者施設と共同で「おみせやさん」を開店しました。こぶしは軽食喫茶部門「くるみ」担当です



ふれんど パーク

熱気球 by けやき作業所



しちがつなのか 7月7日に、けやき作業所余暇活動として、高根沢町中央公民館で開催された熱気球のイベントに参加しました。以前からパン販売ということでけやき作業所としてお世話になっていましたが、今回は熱気球に乗せてもらえるということで参加者を



募りました。当日の天候はあまりよくない状況でしたが、なんとか熱気球に乗ることが出来ました。最初は思ったよりも内部が狭いことや、熱気球を飛ばすためのバーナーの音が大きいことでびっくりされている仲間もいましたが、いざ飛んでいくと気持ちよさそうに周りを見ていました。飛んでいる時間は、短いものでしたがみなさん満足した様子でした。



みんなの「めいし」 by こぶし作業所

自治会ではなしあって新しい「めいし」をつくりました。昨年度よりパワーアップ！顔写真をのせ、カラーにしました♪現在、物資販売で大かつやく中です。

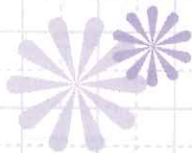


電車がいっぱい！



社会福祉法人こぶしの会 こぶし作業所
 ほし はるか
 星 春佳
 〒321-0902 栃木県宇都宮市柳田町1401
 TEL 028-662-4911
 FAX 028-662-4912

社会福祉法人こぶしの会 こぶし作業所
 のなか たかし
 野中 隆司
 〒321-0902 栃木県宇都宮市柳田町1401
 TEL 028-662-1911
 FAX 028-662-1912



by セルプ・みらい

今年3月から通所している橋本晃さん。神戸出身で、「あが〜ん」・「いやや〜」などの柔らかな関西弁で作業室の雰囲気をはんわかとさせてくれます。

写真の作品は電車の本をコピーしたものを切り貼りし、完成したものです。

ダンボールに何を貼ろうか悩んでいる時も、「ない、ない、はい!!」と繰り返しながら一生懸命作っています。

こぶしSupporters

サポーターズ

後援会
保護者会・ボランティアのページ

～ こぶしの会を地域の大切な社会資源に育てるため、私たちは強かにバックアップします ～

環境整備 (こぶし作業所)

6月9日(土)保護者会で環境整備の活動がありました。多くの方に参加していただき、作業所がきれいになりました。

また後日、花苗をいただき、楽しい花壇ができました。



施設見学に行きました (セルフ・みらい)

梅雨の真っ只中なのに暑い日差しが照りつける中、6月28日(木)に、岸会長をはじめ理事7名で、小山の社会就労センター「えいびるの里」に行ってきました。

「えいびるの里」では、緑に恵まれた環境の中、現在36名の仲間が働いていて、開所してから5年になります。

作業内容は、焼き菓子・アイスクリーム・地元産の果物を利用したジャム作り・パンの製造で、下請け班ではボールペンの組み立てなどで、どの作業班もとても集中して作業に取り組んでいました。

また、パンは「えいびるの里パン工房」のショールームでも販売していて、みんなでたくさん買って帰りました。

施設ではアイスクリームをごちそうになり、味が濃厚でとても美味しかったです。月1回クラブ活動が用意され、絵画・パソコン・音楽・スポーツなどです。また、職員が全員女性と聞き、驚きました。

昨年、障害者自立支援法が施行され、どの施設も厳しい状況の中でも、仲間同士様々な作業や活動を通し、いろいろな経験を積み重ねて、社会の一員として前向きにまい進していった欲しいと思います。

「えいびるの里」の施設長をはじめ、職員の方々、親切にご案内して戴きありがとうございました。

びっくり市売上報告

(7月22日)

【総売上】 ¥26,847
【ボランティア参加者】 5名

【純利益】 ¥20,847

こぶし作業所後援会

社会福祉法人
こぶしの会

- **こぶし作業所** ☎321-0902 栃木県宇都宮市柳田町1401
・知的障害者通所授産施設
・日中一時支援事業
TEL 028 (662) 1911 FAX 028 (662) 1912
E-mail kobushi@chive.ocn.ne.jp
TEL 028 (613) 5703
- **こぶし作業所生活支援センター**
・在宅障害(児)者の相談・支援
- **こぶしのときわ荘** ☎321-3235 栃木県宇都宮市鑑山町字東原146-7
・知的障害者ケアホーム
TEL 028 (667) 5531
- **く る み** ☎321-0912 栃木県宇都宮市石井町字内野2867-3
・知的障害者ケアホーム
TEL 028 (664) 0414
- **けやき作業所** ☎321-3304 栃木県芳賀郡芳賀町祖母井2244
・知的障害者通所授産施設
TEL 028 (687) 1040 FAX 028 (677) 5789
・日中一時支援事業
E-mail keyaki@carrot.ocn.ne.jp
・法人事務局
- **生活介護事業けやき作業所**
・生活介護事業
- **第2けやき作業所** ☎321-3303 栃木県芳賀郡芳賀町稲毛田1532
・就労移行支援事業
TEL 028 (677) 0495 FAX 028 (687) 4818
E-mail inageda@fancy.ocn.ne.jp
- **県東ライフサポートセンター「ほっとCHA」** ☎321-3304 栃木県芳賀郡芳賀町祖母井1704
・地域活動支援センター
TEL 028 (687) 0311
- **県東ライフサポートセンター「真岡」** ☎321-4305 栃木県真岡市荒町111-1
・地域活動支援センター
TEL 0285 (83) 2567 FAX 0285 (83) 2567
- **すずらんの家** ☎321-3304 栃木県芳賀郡芳賀町祖母井2305-2
・知的障害者グループホーム
TEL 028 (677) 4430
- **けやきハイツ** ☎321-3304 栃木県芳賀郡芳賀町祖母井178
・知的障害者ケアホーム
TEL 028 (677) 2876
- **第2けやきホーム** ☎321-3304 栃木県芳賀郡芳賀町祖母井1204-4
・精神障害者グループホーム
TEL 028 (677) 0776
- **コ ー ポ 峰** ☎321-3304 栃木県芳賀郡芳賀町祖母井775-2
・知的障害者ケアホーム
- **セルプ・みらい** ☎321-4363 栃木県真岡市亀山1043-23
・知的障害者通所授産施設
TEL 0285 (81) 1155 FAX 0285 (81) 1177
・日中一時支援事業
E-mail selp-mirai@carrot.ocn.ne.jp
- **ぼ て っ と** ☎321-4364 栃木県真岡市長田字北原1451-2
- **芳賀地区障害児者相談支援センター** ☎321-4305 栃木県真岡市荒町110-1 市総合福祉保健センター内
・在宅障害(児)者の相談・支援
TEL 0285 (80) 7765 FAX 0285 (80) 7765
- **県東・央圏域障害者プレ就業・生活支援センター** ☎321-4305 栃木県真岡市荒町2-15-10 県東健康福祉センター内
・障害者の就業相談・支援
TEL 090-4529-4871

本会の定款、事業計画、財務諸表等を閲覧ご希望の方は、各事業所までお申し出ください(閲覧時間8:30~17:00)

編集後記

今年度より、こぶしだより編集委員会に参加させていただくことになりました。できる限り良いものを作っていこうと思いますので、よろしくお願ひします。
本格的な夏に入り一段と暑い日が続いています。この夏は台風や地震といった災害が続きました。私たちの住む栃木県に被害はほとんどありませんでしたが、被災地では復興までまだまだ時間がかかりそうです。一度大きく壊れたものを、再び直していくには大変な労力が必要です。そんな時に「協力する」ということが重要なことなのだと思います。被害にあった当事者だけでなく、各地からの復興支援など、さまざまな協力をもって、一日も早い復興を願ひます。同時に、私たちも「協力する」ということを普段から意識して生活していきたいものですね。それでは、来月号もお楽しみください。(松本)

編集委員

枝 雅紀 菊地 豊 鈴木 美輝 田澤 幸子 廣本 佳奈子 松本 裕生