

# かるがも会 だより vol.58



発行日 平成24年3月

発行責任者

NPO 法人 こころの健康を考えるかるがも会  
かるがも会だより編集委員会  
横浜市港南区港南 4-11-22 (事務局)  
TEL 841-5649 FAX 841-5749  
<http://karugamo-npo.jp/>



## わーくす 活動報告

昨年10月より、新体制になった「わーくす」、この3月で早半年が経とうとしています。

初めまして、この度「わーくす」の監督・責任者としてメンバーと共に働いています佐藤 潤(さとうじゅん)です。清掃業の経験を活かし、マニュアルの作成・シフト管理から、メンバーの就労支援と技術指導・勤務姿勢の指導まで労働の意欲を落とさない支援を続けています。

新体制になったばかりの頃は、メンバーの混雑を予想していましたが、「新わーくす」を気持ちよく理解してもらえ、半年経った今では、意欲的に「なるべくたくさんシフトに入れてほしい」と言ってくれるメンバーもいます。現在、メンバーは8名、その内「新わーくす」になってからは、3名が1ヶ月の研修期間を経て、メンバーに加わっています。

基本、メンバー4名+職員1名の体制で、毎週水・金曜日の週2回(月8回)、9:30~11:30の2時間、港南中央地域ケアプラザの3階にあります「港南区生活支援センター」内をくまなく清掃しています。

「新わーくす」ではメンバーに毎回二人組のペアで取り組んでもらっています。「働く」ということは、誰かにつながり、誰かと助け合わないと成立しません。だからこそ共に働く者を思いやり、助け合う力を是非、身に付けてもらいたいと思っています。その人なりのコミュニケーションで・・・。

おかげさまで、私佐藤潤も意欲的なメンバーに恵まれ、気持ちのよいチームワークの中で仕事をさせて頂いています。これからもどうぞよろしく願いいたします。



## 港南ネットまつり



港南区内の精神保健福祉に関わる団体が開催している『港南ネットまつり』が2月29日(水)に行われました。かるがも会からはぬくもりの家とパステルが参加しました。このお祭りは、食べ物の販売やゲーム、スタンプラリー、フラダンスなどの催し物を各団体に用意し、利用者同士の交流と地域の方々への啓発を目的に毎年行われています。

ぬくもりの家はカレー・コーヒー・柚子茶・ジャム、パステルはおにぎり・中華おこわ・炊込ご飯・赤飯を販売しました。

当日はかなりの雪が降り、参加者が例年に比べると少なく寂しく感じました。参加したメンバー皆で盛り上げ、楽しい時間にしました。途中移動販売を始める団体もあり、売り上げを伸ばそうとそれぞれが工夫しながら頑張っていました。

【参加者の感想】

- ・当日雪で会場への到着が遅れてしまったが、参加出来て良かった。
- ・ゲームが充実してお赤飯が完売出来て良かった。
- ・販売と休憩が半々にとれたので良かった。
- ・雪の中、運搬で大変だったが沢山のお客様が来てくれて良かった。



(皆で踊ったフラダンス☆)



東日本大震災から早1年、当時のことは鮮明に覚えている。停電があったり、買い物に苦労したこと…。今でも地震があると「ドキッ!!!」とする。被災地の福祉施設は通常に戻れたのだろうか? 利用者の皆さんはどうされているのだろうか? なかなか伝わってこないと感じざるを得ない。私たちに出来ることを続けましょう!

## 🌸 レクレーション かるがもの家



【研修旅行 in 伊豆】 昨年の12月22～23日、伊豆へ出かけました。天気は快晴とはいきませんでした、城ヶ崎海岸で灯台に上り、爪木崎を散策（今年は寒さのせいか、水仙はまだほとんど咲いてませんでした…）、宿へは早めに到着、それぞれ部屋で寛ぐ、温泉を楽しむ…ゆっくりと過ごしました。やはり今年も皆が一番楽しみにしていたのは、定番となりつつあるカラオケ☆職員も含めて皆が美声を披露し合いました。皆が思い思いにのんびり羽根を伸ばし、元気を充電してきました。

【横浜ハーバービュー】 1月27日、横浜に住んでいるなら誰でも一度は行った事がある、有名スポットをバスに乗り、コットンハーバー～赤レンガ倉庫～横浜三塔～海の見える丘公園～横浜ベイブリッジ～横浜マリントワー～中華街、と巡って来ました。行った事がある人は思い出話に花が咲き、初めての人は感動！横浜の魅力を存分に楽しんで来ました。最後は中華街で、円卓を囲みつつ食事をしました。いつもと違う雰囲気を楽しむことが出来、良い思い出となりました。



## 🌸 バスレク 千葉房総 パステル



2月23日、パステルのバスレクは一般の団体での房総イチゴ狩り食べ放題・海鮮焼きと握りずし食べ放題に便乗いたしました。イチゴ狩りでは「あったあった！大きい」「小さいけど真っ赤！甘い」と大騒ぎでした。「小さいのもイチゴなんですよ、注意を守って上手にとってください」農園の方の注意を胸に、平均30個は食べたかな？雨にも負けず風にも負けずイチゴも海鮮焼きも寿司もしっかり楽しんで来ました。帰りのバスの中でもあさり入りのおにぎりが登場…ああ又食べちゃった。体重計にのるのが怖い！ほとんどのメンバーの感想でしょうか。

## 🌸 梅見 in 三溪園 めくもりの家



3月1日(木)青空の下、三溪園まで梅見に行ってきました。前日は雪が降っていたので所々に雪景色が見られました。今年は例年に比べて梅の開花が大分遅れていて、五分咲きといったところでした。メンバーは「私は濃いピンクの梅がいい!!」「白いのもいいよ」という感想を口々に話していました。

参加して頂いたボランティアの方に、園内に生えている野草を見つけ、天ぷらにしたら美味しいといったことや、建物の歴史などを教えて頂きました。ハイキングにはちょうど良いコースを回り、少し早めにお昼休憩をとりました。食事は三溪園内の茶屋で食べるメンバーや、持ってきたお弁当を食べるメンバーもいました。桜アイスが売っていて、デザートに食べたメンバーもいました。

梅まつりの期間は薪で沸かした麦茶を無料で頂けたので、みんな体が温まり『ホッと』一息することができました。

- 【メンバーの感想】・梅が満開でなく残念だった。 ・桜アイスはやはり桜の味がした。  
・展望台から富士山の裾野が見えた。 ・もっとゆっくり見たかった。

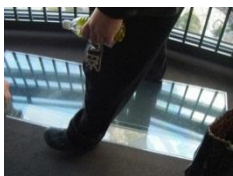
## 🌸 お正月レクレーション WAIWAI コーポ



【マリントワーと中華街肉まん作り体験】

横浜と言えばマリントワー、昭和36年にできて、数年前に改装オープンされましたが、横浜に住んでいてものぼったことのない人が多いのではないのでしょうか。

そもそも WAIWAI で新年を過ごす人が、少しでもお正月らしさを感じてほしいと始めた行事ですが、なぜか「高い所」がテーマ。昨年のランドマークタワーに続き2回目、高さは106メートルとそれほどではないのに、一望する景色が手に取るように間近に感じられ、なかなかの景観でした。お目当ての富士山に新年の願を掛け、真下が見える透明な床では肝試しもしてきました。そのあとは中華街で肉まん和餃子作りを体験、「請求我水」（チンケイウオースイ）と中国語も習い、楽しくランチをしました。中華街は新年を楽しむ人であふれていたため、迷子にならないように必死にスタッフの後を追い、（それでも甘栗に気をとられた人がいたとか？）無事に帰途につきました。美しい富士山を見て、また今年も頑張ろうと思えるのはお正月ならではのことと思っています。



## 🌸 季節を感じる コーポあおぞら

皆が楽しみにしている食事で、季節を感じてもらおうと「行事食」に取り組んでいます。お正月にはお雑煮、節分には恵方巻き、ひな祭りにはちらし寿司と言ったようにスタンダードな物ばかりですが、食卓が華やぎイベント感もあり好評です。毎日をなんとなく過ごしていると見落としがちな「季節感」。味覚で感じるのが一番！お料理上手な非常勤職員さんの協力を頂き、次は「何にしようか？」相談中です。

