

きなはれ だより

2023. 1

NO. 2

～ 人間的主義とは、結果・成果の、基本標準である。～
楽しく思えば楽しくなる。



冬季期

イメージ

コレクション

理事長あいさつ

「きなはれ」の理念

日本の憲法では、誰もが健康で文化的な生き方が出来るように補償されていると言っています。このことは障がいあっても自分らしく暮らせる社会を実現して行こうと言う法人きなはれの目的に通じています。私は前回もお話したように医者として30年ほど仕事をして来ましたが、健康というのは、病気がないとか、長生き出来るとかだけではなく、生きがいを感じながら暮らせているのが大切と思うようになりました。誰もが年を取りますが、若い頃と違っていろいろなことができなくなります。体力がなくなり自由に行き来できなくなる、自由に使えるお金が少なくなるなど。これはいずれ受け入れていかなくてはなりません。毎日の食事はどうでしょう。自分で用意することが困難になったり、外食する楽しみが減ったりしますがこれは仕方のないことでしょうか。

週に一度ではありますが、メンバーのみなさんに、食べる楽しみを感じていただけることは私の喜びです。懐かしいもの、

目新しいものを仲間と一緒に食べることは社会参加の一部であり、きなはれの理念にもなっていると思います。前回に続いて、ヨベルのランチのことばかりの話になってしまい恐縮です。法人きなはれは、障がいを持った方の社会参加を広くお手伝いする団体です。相談所とねっと、就労移行を目指すスカイ、作業所ヨベルの3つの事業所が協力合って活動しています。法人というのは、最初に述べた理念のもとに3つの事業所のセンター長と外部の協力者数名が理事となって話し合い、あたかも意思を持った1人の「人」のように活動していくものです。理事長といっても規約上の代表というだけで、私の考えがすべてを代表してはおりませんので誤解のないように願います。

理事の方はどなたも障がい者の社会参加について深く理解し、長い経験と知識を持った方達ですから、利用者の方は法人への希望があれば遠慮なく理事会にお寄せください。



とねっと重泉センター長インタビュー



Q1：とねっとの仕事内容は？主にどのような仕事をしていますか？

A1：就業・生活応援プラザとねっとは一般就労したいという障がいのある方たちのご相談に対応している札幌市から委託を受けている相談機関になります。主な業務は、障がいのある方たちの一般企業に向けてのご相談、今現在、働いている障がいのある方が働き続けるためのご相談、企業の方に対する障がいのある方の雇用に関するご相談、障がいのある方への就職にまつわる生活（一人暮らしやグループホーム、年金申請等）に関するご相談に対応をしております。

Q2：札幌市の委託を受けることになった時の話しを聞きたいです。

A2：2010年からはとねっとは委託を受けていますが、札幌市にはそれ以前までは就業・生活に係る相談機関は1か所しかありませんでした。札幌は人口が200万（今は200万人切っていますが）で、1か所の就業・生活に係る相談機関は少ないということで、行政の方でその数を増やしていこうと計画をし、できたのがとねっとです。札幌市が事業を委託をするにあたっては、プロポーザル方式と言って、委託を受けたい法人が応募をして、点数制で委託先が決まる方式です。当時4-5法人くらい応募をしていて、その中で選ばれたのがとねっとになります。ちなみにとねっとは札幌市10区のネットワークを築きたいという思いから10ネットといいます。

Q3：今は何歳ですか？ A3：49歳です

Q4：とねっとに関してこれから新しい事をやってみたいこと、好きな仕事は何ですか？

A4：全国的に見てもそうなのですが、重度の知的障がいのある方の就労先が中々無いので、その就職先を広げていきたいです。また、視覚障がいや聴覚障がいの方の就職先も中々無いので、こちらの方も取り組んでいきたいです。

Q5：きなはれに対する思いがあれば教えてください。A5：自分がお世話になった、なっている法人ですから、想いはあります。きなはれは、運営、事業展開等含めて、自分たちの利益ではなく、まずは利用者の利益の事を考えて、地域支援含めて考えている法人だと思います。また、時代の流れは時代の流れとしても、常に対人援助職の原点を考えている法人だと思いますので、「社会福祉」という観点を忘れずに、事業を継続していければと思います。

Q6：ここに至る迄の経緯は？なぜ、この仕事をやろうと思ったのですか？

A6：この仕事のきっかけは、大学院生の時に、現在副理事長の池田望先生から、「ボーカルできる？」とバンド活動に誘われて、院生ですから、多少は暇があった？ので、安請け合いました。そのバンドがヨベラーズというヨベルのバンドでした。その活動をきっかけに常盤野さんとお会いし、非常勤で勤務させていただきました。勤務当時は、精神障がいのある方たちのことがよくわからず、とにかく一緒に過ごして、一緒に話をして、皆さんたちに教えてもらうことばかりですが、分りもしないことを分かったように言う未熟者の生意気な院生だったと思います。卒業前に、就職先を迷ったのですが、当時のヨベルの居心地の良さと、利用者の方の度量の広さ？に興味をわき、職員になりたいということを常盤野さんに相談したら、当時のヨベルは利用者の方が運営委員でしたので、利用者の方に「職員になりたいです」ということが伝統でしたので、皆さんにお伝えして、何とかヨベルの利用者の方の賛同をいただきまして、職員になりました。

Q7：お子さん事をお聞きしてもよろしいでしょうか？

A7：今現在4歳になっています。段々言葉のやり取りができるようになりまして、「寒いね～もう冬だよ～」という「何言ってるの？今まだ冬じゃないよ」と突っ込まれ、日々成長を感じています。ということで、すごくかわいいですよ。

コミュニティキッチンふいーるのおせち料理



<一の重>



五色なます・サーモン砵巻き
合鴨ロース塩蒸し・海老の旨煮・酢取り蓮根・叩き牛蒡・黒豆・田作り・数の子・紅白かまぼこ・甲州焼き・厚焼き玉子・まゆ玉練り切り・栗きんとん

<二の重>



海老芋もち粉揚げ・人参紅梅煮・くわい旨煮・鮭の粕味噌焼き・絹さや・穴子の八幡巻き・長芋亀甲煮・くるみ飴煮・花百合根蜜煮・菜の花・鯉昆布巻き・蛸桜煮・手綱こんにゃく・椎茸旨煮

年の瀬、コミュニティキッチンふいーるでは毎年恒例の『年末特製おせち料理』を予約発売しており、今回も皆様のおかげをもちまして完売致しました。廣田理事長のご指導のもと、手作り食材にこだわり皆様があたたかいお正月をお迎えできますよう精一杯最高のクオリティを目指しております。職員・メンバー一同頑張りますので、次回ご縁がございましたらご予約頂ければと思います。

白石障がい者就労センタースカイ

ヨベルのメンバーK氏インタビュー

ヨベルではSさんの次、二番目に古い。ヨベルに通うことになったのは、長野病院にデイケアで通っていた40歳の時、何箇所か事業所を見学に行った。ヨベルが1番良かった。自由な雰囲気！作業としては、サビ管の資料作り、生ゴミ堆肥を作る「ダンピ」の造作、香典返しの黒箱折り等をする。レクの幹事をしたり、楽し部では皆で料理を作って食べたりする。土曜ランチは、楽しいというよりは助かる。100円でお腹いっぱいになる。コロナ禍になる前は、1泊旅行で温泉に行ったりして楽しかった、北湯沢、洞爺など…。



一人暮らしで特に趣味は無いかな…。料理はつくれるが、ひとり者だし外食が多い。テレビを観たり、麺類が好き。野球は長嶋。大谷選手も好き。大谷は、「謙虚」で「一生懸命」な所が好き。チームは、阪神タイガースのファン。格闘技も好き。アントニオ猪木が好き。タイガー・ジェットシンの腕を折った！モハメドアリ戦をおじさんの葬儀の時、葬儀場で観たのを覚えている。映画好きで西部劇や日活の任侠や石原裕次郎の黒部の太陽が特に好きだった。菅原文太、水谷豊…、川谷拓三が好き！しぶい！田中邦衛も好き。昔は映画しかなかった。幼稚園の頃、ゴジラ、ガメラ。ビデオ、DVDの時代じゃない。

フォーク、演歌を聴いていた。テレビで歌番組をやらなくなった。音楽を聴かなくなった。演歌が面白くなくなった。自分に寄り添う歌が無くなった。吉幾三は好き。モー娘、AKB、今の自分には響かない。

小学3年の時、野球をやっていた。プロ野球選手になりたかった。中学の時家が貧しく、眼鏡を買ってと言えなくて野球を諦めた。中学を卒業して集団就職をした。精肉店で働いた。豚の解体、血の臭いが嫌で1週間で辞めた。東京の叔父さんの所で働くことにした。定時制に通っていた。よくパチンコに行った。「学生さんパチンコやったらダメだ！」と警官に声をかけられた。定時制で軟式野球を頑張っていた。「自分で稼いだ金なら、酒、タバコ、遊んでもいいよ」と母が言った。酒は飲まない。ギャンブル好き。競馬、競輪、パチンコ…、給料の殆どを使っていた。

18歳、函館パン工場。25歳、所沢パン工場。寝ないで仕事や麻雀をしていた。国士以外は殆どの役で上がった。機械操作している時に手を挟めたが、自分でスイッチを切ってセーフだった。後は型枠大工3年、怪我なくやってきた。30歳で入院。何も覚えていない。記憶喪失だと思った。気付いたら北大病院にいた。外に出たいと言ったら、先生の許可なしには出られないと言われた。閉鎖病棟だった。睡眠障害で入院と言われたが、診断書には統合失調症と書かれていた。

40歳で長野病院でデイケア。ヨベルに入所。

フリーパスで色々なところに行くのが好き。服を見るのが好き。今、狸小路は若者だらけで恥ずかしくて歩けない。東京にいた時は、18歳だと原宿は歩けた。25歳は歩かずに山手線に戻った。デイケアで麻雀をする。コミュニケーションになる。スマホ、パソコンは興味がない。年だから…。スポーツ新聞を買って朝の四時に友人のOさんの所に行く。テレビ見たり、寝たり…。



夢は甲子園で阪神を応援したい。北海道1周食べ歩きがしたい。伝えたいこと…、一生懸命がんばれ！料理を覚えたい。食事、お菓子作りも。引っ越ししたい。グループホームを考えている。今のところを出たい。

エスティぐるーぷ写真展第2弾

札幌再発見 終了しました。

11月8日から12月6日まで

おかげ様で大好評でした！11月開催カフェヨベル



宿根草は主に JR 白石駅のゴミ拾いや草むしりをします。花の種をまくこともあります。チューリップの花をさかせる事ができます。花壇の手入れもしています。白石駅を一周もしてゴミ拾いをします。白石駅は札幌駅位でかいです。白石駅はせまくて小さいイメージがありましたが、思ったよりでかいです。夏には花がきれいに咲きます。チューリップの花もきれいでした。バラの花も植えることがあります。すごくきれいに咲きます宿根草では雑草の草むしりをします。ほうきで草のゴミをはく場合があります。ゴミは2・3袋出ます。地域の住民の人と話しながら、仕事ができます。多少の雨の日でもやります。宿根草の



後、まちづくりハウスで水が飲めます。ゴミ拾いは1時間位です。打ち上げのランチもおいしいです。食べ応えがあります。びっくりドンキー並のハンバーグが食べれました。打ち上げにはフィールに行ってお飯が食べれます。地域住民の人とゴミ拾いをして交流ができます。ハンバーグ300g食べましたが、残りそうな位、大きかったですスープも美味しかったです。サーモンもおいしかったです。野菜も美味しかったです。打ち上げにこだわらずにまたみんなで行きたいです。

～ 世界最強の極真空手道 ～



極真空手は1964年に国際空手連盟を立ち上げて東京の目白の自宅大山道場から始まり今では弟子が世界で120カ国の公認道場を持っています。1200万人が訓練をしています。

小学5年生の頃に極真空手の試合を観て大山倍達に憧れてビデオを観ました。クマと戦うシーンが印象的でした。後はビール瓶を片手でチョップして細い部分を倒さず飛ばしたのが凄くと思い、空手を始めました。元々やんちゃ坊主だったのでもっと強くなりたくて、最初は白帯から始まり昇級試験を重ねていくうちにオレンジ色の帯になり青になり、6年間で茶帯になり1級獲得しました。初段黒帯を目指して頑張っていました。



形が得意ではなかったので黒帯にはなれませんでした。試合では黒帯の人と戦って勝つ事も多々ありました。打撃には自信がありました。旭川の地区大会では中学3年の時に優勝しました。そして全道大会で、2位になり今までの辛い練習の成果が出ました。しかしながら全国大会では、1勝しか出来ませんでした。

食事は朝起きたら酢を冷水で10倍に薄めた物を飲む。それから米より先に豆を食べること。力の源はレバーの刺身他ネバネバ系を食べたり、ニンニクをまめに取ることによってパワーと持続力もつきます。5色の緑色の野菜は血を綺麗にして、心臓の働きを助け強化してくれます。特にピーマン・ブロッコリー・小松菜・水菜・枝豆です。お肉も食べてください。

これが本家本元の極真空手ですね。熊をやっつけるのが分かります I氏

今回は前回のNo1より完成度が上がってる様な気がします。次号も頑張ります…
Iメンバー ^^;

ミク (初音ミク)
新年度制 (冬季期・1月?)
恒例毎年イラスト・レーターによるイラスト選定が開催されています!
Sメンバー

Kさんインタビューをしました。思ったことは、仕事とか病気とか色々大変だと思いました。私だったら、仕事して夜、学校に行ってお勉強するのは無理な感じ。。。😞
2～3枚の原稿から要点を分かりやすくまとめるのが、難しかった。
Tメンバー

インタビューや記事作成にご協力頂いた皆様ありがとうございます。無事2号も発行することができメンバーも講師の方も私も安心しました(笑)。少ない人数ではありますが、今後も頑張っていきますのでよろしくお願い致します。
(S職員)