



2023 / 10月

耕す会

発行人 = 社会福祉法人調布を耕す会 理事長 原 良男
東京都調布市布田3-20-1
Tel 042-486-1022 FAX 042-486-0232
<http://www.tagayasukai.com/> メール tagayasukai.jp@yahoo.co.jp



調布駅前広場マコモ一号3月まで販売復活！！

前号で、8月から調布市総合福祉センター1Fで「若草ショップ」がお休みの火曜、木曜に販売させていただくとお知らせした所でした。センター利用のみなさんにありがとうございました。ご利用いただいていたのですが、調布市の方から急遽調布駅南口広場で販売再開しても良いとのお話がありました。予定外の事でしたが大変有難いお話しなのでマコモ一号を復活させる事になりました。取り敢えず3月までの出店です。どうぞお立ち寄りくださいませ！色々ご協力いただき、2カ月に亘って販売させていただいた「若草」ショップのみなさま、お立ち寄りいただいた皆様には大変お世話になりました。



「イイね！こんな居場所」#11-2
こぶしの会便り／理事会報告-3
通信衛星-4
しごと場大好き国領-5

「イイね！こんな居場所」 # 1 1

野ヶ谷の郷 (のがやのさと)

=ベテラン・ボラさんが運営する地域のスポット

調布市の市民活動支援センターには、7つのランチ（ボランティアコーナー）があり、各地域で活発に市民活動やボランティア活動を支援している。その一つ、「野ヶ谷の郷」だけは専任職員が配置されず、ベテランのボランティアさんたちが地域のニーズを丁寧に拾い、活発な活動を独自に展開している。



野ヶ谷の郷があるのは、深大寺東町の通称梅の湯街と呼ばれている商店街だ。かつてはこの商店街も買い物客が行き交う通りだったが、2004年頃には空き店舗も出始め、活気がなくなってきた。空き店舗の一つだった鮎屋の大家さんが、そこを地域の人たちのために活用できないかと社会福祉協議会に相談した結果、すでに地域で「ひだまりサロン」の運営実績のある四家綾子さんに打診があった。そして話合った結果、四家さんとボランティアの4人のお仲間が「自分たちの希望するやり方や形で運営できること」を条件にその店舗スペースの運営を引き受け、準備を始めた。

鮎屋の店舗はカウンターを取り除いて人々が集えるスペースにし、奥の畳の部屋はそのまま活動に使うことにした。粗大ごみセンターで椅子10脚や食器棚などを調達、自分たちでも食器を持ち寄り、日常の運営には利用者、スタッフ、ご近所からの差し入れが活躍する。2004年11月に開所して活動を開始し、翌年2月に公式にセンターのランチになった。

登録ボランティアは40名を超える、シルバー世代が多く、90代の高齢者もいる。その中から10名で運営委員会を構成し、定期役員会を開き、毎年4月に総会で決算報告や活動報告、翌年度の事業計画を報告する。

現在、野ヶ谷の郷は火曜、木曜、土曜にオープンし、人が自由に出入りする。他の曜日は市民がサークル活動（囲碁の会、お茶を楽しむ会、麻雀クラブなど）を楽しめる場になっている。運営側も講演会、子ども食堂、ランチの会・絵を描こう会、パッチワーク、折り紙、パソコン教室やクラシックコンサートを企画、開催する。ボランティアスタッフによる独自活動も「絵を描こう会」、「(衣服の)お直しの日」、「パソコン教室」など、多彩だ。

「私たちは、『であい、ふれあい、支えあい』をモットーにいつも「何がここで必要か」と考え、活動をしてきました」と四家さんという。講演会も、地域に高齢住民が多いため「介護保険とは?」、「成年後見について」、「在宅で最後まで」、「老人ホームの見た方」など、ニーズの高い議題に設定して、喜ばれている。

「ゼロからのスタートでしたが、この18年でしっかり土台ができた」と四家さんは充実した口調で語る。確かに、地域を熟知しているボランティアさんの行動力こそが地域が持つ底力の根を深く、太く広げてきたのだ。その、シルバーパワーの知恵と行動力がもっと広く評価され、他の地域でのモデルケースとして活用されれば、素晴らしいと思う。

村上むつ子

野ヶ谷の郷 (のがやのさと) (websiteはない)

調布市深大寺東町6-27-3 tel/fax: 042-481-1836



こぶしの会だより

「思いのまま」

私はこの頃よく物忘れをする。物を探しに動いただけでわからなくなる時がある。娘がそばにいる時は「三步下がって」と言うので、その通りに戻ってみたりして思い出している。

しかし昔の事は断片的ではあるが色々思い出せることがある。今から50～60年位前、米国に三年間住んだ事があった。日本ではまだスーパーもコンビニもない頃である。一般の人の海外旅行もあまりなかったと思う。米国では既に大きなスーパーがあり、人々は車で沢山買物をしているので驚いた事。又、郊外には今日本でも盛んに見られるようになった大きなショッピングモールみたいな広々とした店内に、まばゆいような照明が当たったハイセンスな店に一日中過ごせるので、度々車で高速に乗って出かけていたと思う。うちの車はマーキュリー車と憶えている。みな大きな車ばかりだったと思う。その頃すでに週休二日制となっていて、泊まりがけの旅行やキャンプに行きやすくよく遊んだと思う。地名とか名前まで浮かんでくる。米国で歩き始めた上の娘を連れて行った時の事である。

バスは「グレイハンド」のバスと憶えている。バスの両サイドに大きな走っている犬の絵が描かれていたと思う。デパートで「ベビーカー」を買に行き通じなく、「ストローラー」と言う事が分かったこと。ニューヨークの「自由の女神」へは船でストローラーも乗せて行き王冠のところまで昇り外の景色を見た事とか、カナダの「ナイアガラの滝」も夏休みに見に行き、その景観があまりにも素晴らしく圧倒されて今でも思い出せる気がする。滝は馬蹄形をしており、海の水量そのまま下に落ちる迫力で常にその辺りは霧と虹がかかっていた。滝の下で遊覧船にもカッパを着て乗った事、夜は七色の照明が当たった事等思い出せる。又すごい寒い時のニューヨークのロックフェラーセンターの世界一大きなクリスマスツリーも見に出かけた。

若かった。楽しかった。

O・A

理事会報告

10月14日(土)13:30～理事会が開催されました。議題は、グループホームDAISUKIの移転先となる、(仮称)調布ヶ丘2丁目福祉施設内装工事の入札の公示について討議をしました。入札については、法人が責任をもって進めていかなくてはならないことですが、入札の進行管理については、東京都の担当課(施設サービス支援課 生活基盤整備担当)がチェックをして下さるので、事前に相談をして許可をもらいつつ進めているところです。入札は、これまでも何度か経験していますが、なかなかうまくいったという印象が少なく、難しいイメージばかりが残っている感じです。今回の議案は全て承認されました。12月中旬の入札に向けてスタートです。内田

通信衛星2023.10

活動報告

【法人本部】

9月
25日 法人事務局
30日 きょうだいの会
10月
14日 理事会
23日 法人事務局
24日 将来構想プロジェクト
28日 会報発送
30日 法人事務局

【しごと場 大好き】

9月
4日 避難訓練・福祉の窓配布開始
6日 職員会議
11日 社会体験活動（プール）・お月見会
12日 言語聴覚士来所
13日 支援計画会議①
14日 藍たたき染め
19日 理学療法士来所
20日 支援計画会議②
25日 社会体験活動（プール）・言語聴覚士来所
慈恵医大実習生受入れ
27日 第一生命前外販・支援計画会議③
29日 組み紐サークル展参加（～10/3）
30日 ファミリー
10月
2日 慈恵医大実習生受入れ
けやきの森学園実習生受入れ⑤
4日 職員会議
5日 支援計画会議④
6日～10日 臨時閉所
8日 深大寺陶芸教室「陶器市」出店

9日 むさプラススポーツパーク出店
11日 上半期特別ボーナス支給
14日 なごみ「すずかけフェスタ」出店
15日 緑ヶ丘児童館「児童館祭り」出店
16日 音楽療法
けやきの森学園実習生受入れ⑥
17日 理学療法士来所
21日 YWCA国領センター秋祭り出店
23日 言語聴覚士来所
27日 フードドライブ参加
28日 ファミリー・青赤ストリート出店
29日 わくわく広場祭り出店
30日 遠足（多摩動物公園）
31日 けやきの森学園実習生受入れ⑦

<ありがとうございました>

【シャインマスカット】小野勝志様

【カフェ大好き】

9月
1日 やさしい写真教室
13日 避難訓練
10月
6日～10日 臨時休業
11日 上半期特別ボーナス支給

<ギャラリー企画>

9月 「ぼむばるく展」
10月 「山崎様」

<いらっしゃいませ>

ねぎぼうず様 10名
調布特別支援学校様 23名
富士見台小学校2年生まち探検
調布花火大会 94名ご来店大盛況！！

活動予定

【法人本部】

11月
13日 法人事務局
25日 理事会
12月
23日 会報発送
25日 法人事務局
29日 冬休み（～1/3）

【しごと場 大好き】

11月
1日 職員会議
6日 福祉の窓配布開始
13日 調布市総合体育館スポーツ事業
14日 みんなを守ろう委員会
18日 パルコ前販売会出店（・19日）
21日 理学療法士来所
25日 ファミリー
27日 グループ活動・言語聴覚士来所
30日 メンバー健康診断
12月
2日 福祉まつり出店

6日 職員会議
8日 冬期ボーナス支給
23日 ファミリー
25日 クリスマス会
29日 冬休み（～1/3）

【カフェ大好き】

11月
10日 やさしい写真教室
14日 下石原地域のつどい出店
12月
1日 やさしい写真教室
8日 冬期特別ボーナス支給
10日 喫茶コーナー交流会

<ギャラリー企画>

11月 「愛染てらにし様」
12月 「ミックスリーブス様」

【11・12月の定休日】

11月3日（祝）6日（月）13日（月）20日（月）
23日（祝）27日（月）
12月4日（月）11日（月）18日（月）25日（月）
29日～1/3（冬期休業）

しごと場大好き 国領

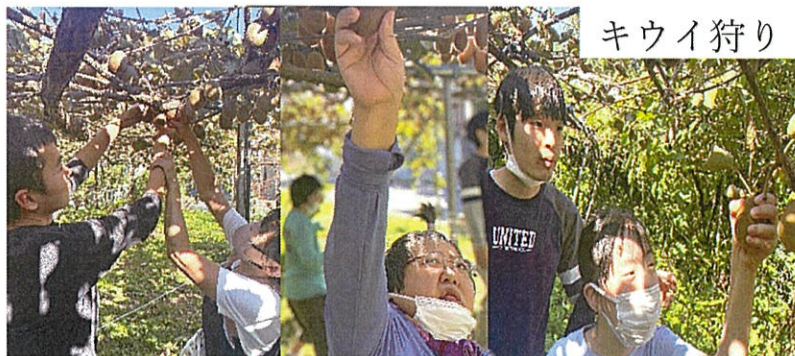
shigotoba daisuki kokuryo

活動紹介【2023年8月後半～】



府中郷土の森博物館

- 曼殊沙華まつり -

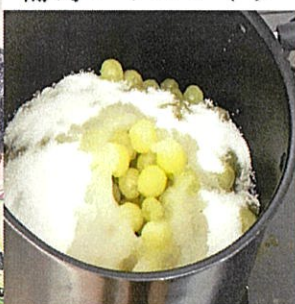


キウイ狩り

調理【チキンのトマト煮】



葡萄ジャムづくり



どうぞのお花



マンション清掃



お月見体験



藍のたたき染め



久々の外食♪



季節のお花 植え替え



大女子

題字 川崎 誠

地域の中で生き生きと

183

ゆたかにゆかいにゆうゆうと



トリック・オア・トリート!

「トリック・オア・トリート」元気の声が玄関に響きます。今年初めての試み、4事業所合同のHalloween企画です。「びいす」「ファーストステップ」「しごと場大好き国領」「しごと場大好き」が仮装で各事業所を訪問したりされたり「HAPPY Halloween」で可愛く包装されたお菓子をもらったり、記念撮影もして楽しい交流機会となりました。メンバーのみなさんはドキドキワクワクでニコニコ。何だかとても嬉しそう。毎年恒例の「トリック・オア・トリート」となりそうです。

今号の主な内容

きょうだいの会／藍の叩き染め／訃報-2

メンバーコーナー-3

しごと場大好き／ヘルシーコラムNo.54／避難訓練／子育て日記-4

カフェ大好き／3カ月連続大入り袋／街探検／調布花火／かぼちゃ三昧／ギャラリー予定-5

発行所

郵便番号一五七-〇〇七二

東京都世田谷区祖師谷三-1-17ウェルドゥーラ祖師谷一〇二

特定非営利活動法人障害者団体定期刊行物協会 定価五十円

「きょうだいの会」

9月30日(土)の1時半から3時半迄、グループホーム

DAISUKIにて第2回目の「きょうだいの会」を開催いたしました。今回の参加者は、小柳さんお兄様ご夫妻・小山さんお兄様ご夫妻・尾崎さんお兄様・職員(松原・山口)の総勢7名でした。新たに尾崎さんのお兄様にもご参加いただきました。

今回も最初に30周年の記念動画を流し、メンバーの目頃の様子を観ていただきました。場も和みました。その流れで座談会が始まりました。まずは、前回話に出た「親御さんとの情報共有」の進捗状況についてうかがいました。特別進展はありませんでした。その他のご意見としては、①しごと場、カフェ、②ではどのように過ごしているのか?どんな仕事をしているのか?③異性同士の兄妹の場合、関わり合う機会が少ない。④今後の利用を考えているが、具体的に動き出せていない。どうしていくのが良いのかを悩んでいる。本人にどう伝えたらよいか

も分からない。④入居に至る経緯などを知りたい。などがありました。

出されたご意見についてはそれぞれの立場で意見を交換しました。また、ご兄弟同士だけで話をしていただく時間も設けました。あつという間の時間でした。今回も特別にテーマを設定していませんでしたが、みなさんで話題を膨らませながら進めることができました。色々と共有することもできました。今回も良い雰囲気の中で、繋がりを深めつつ和やかに終了することができました。是非、次に繋がっていきたいと思います。

(山口)



「藍の葉の叩き染め」

『トントントン』しごと場に響きわたる工房のような木づちの音と藍の葉の香り。

今年も9月14日に芸術活動のワークショップとして「藍の葉の叩き染め」を行いました。叩き染めのワークショップを行うのは3回目。メンバーは慣れたもので、おもしろいものに染めたい布やTシャツ等を持ち寄り、芸術の山田先生と藍の葉の到着を待ちます。

山田先生がバケツいっぱいにつけてきてくれた藍の葉は、梅雨のジメジメも猛暑も乗り越えた綺麗で立派なものでした。この藍の葉は山田先生が3月頃より丹精込めて作ってくださったもの。半年をかけたのださったもの。半年をかけたのださったもの。半年をかけたのださったもの。

ないと藍の葉の叩き染めにたどりつけないと思うと愛着もありがとうの心も深まります。どれ一つと同じ形のない藍の葉っぱを、メンバーそれぞれが、選んで摘んでデザイン(配置)して貼って叩いていく。顔を近づけて、じっくり観察して、においをかいで。叩いて



葉の色がうつるまで集中です。葉をはがしできあがったものを広げると「うわー」という歓声と笑みがこぼれます。乾かす為に窓際に並べた作品はお日様に照らされ、虫食いの模様すらも愛おしさに溢れていました。

今回のベスト藍の葉賞はメンバー岡さんのランチバッグと職員松本さんのデザインの凝ったTシャツでした(米倉の一存です。笑)

職員もメンバーも真剣そのもので楽しさが伝わるワークショップでした。今後も目でみて楽しいだけでなく、耳でも楽しめて、触って楽しめて、香りがする：そんなワークショップを展開していきたいです。

(米倉)

計報

支える会で長年役員を務めて下さった天田進二様が10月22日にお亡くなりになりました。謹んでご冥福をお祈りいたします。天田さんは調布を耕す会の発足準備段階から「たまの会」のメンバー繋がりで関わって下さり、実に30年以上に亘ってボランティアでのご協力をいただきました。感謝の言葉しかありません。

イベントでの TENT 張から、屋台での焼きそば、焼き鳥、餅つきのもち米蒸し、運営提言等々、常に縁の下を力持ちとして会の活動を応援して下さいました。まだまだこれから叱咤激励をいただけるものと思ひ病院からの復帰を心待ちにしておりましたが、残念でなりません。どうぞ安らかにやすみください。本当にありがとうございました。

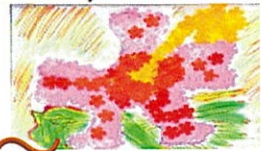
(亀田)



メンバーコーナー Member Corner



貼り絵
Ikuyo Hara



～W さんのお散歩日記～

今回は、メンバーさんの日常のひとつをちょっとなご紹介！私のたつての希望で、W さんが毎週休日に行かれている、お散歩の様子を書いて頂きました。実に 2 時間のウォーキング！そして神社廻りというテーマ設定まで！！調布にお住いのみなさん。このルートでお散歩されてはいかがでしょうか♪

ウォーキング(歩行)に行ってきた事(神社廻り)

令和五年(2023)10月22日(日) (SUN)
家(自宅)を午後(PM)3時44分に出発し、一件目(午後4時頃)調布神社、
二件目(午後4時20分)池ノ上神社、三件目(午後4時32分)稲荷神社、
四件目(午後4時56分)虎御神社、以上四ヶ所の神社をウォーキング(歩行)しながらい、タリ(途中)の水を補給し、トイレ利用3回利用しました。その他調布市内のウォーキング(歩行)行きました。
(一部柴崎駅あたり付近)
家(自宅)に到着したのは(PM)午後6時30分でした。



しごと場 大好き

くさえちゃんのヘルシーコラム No.54

やっと秋が来ましたね。夏は暑く日差しも強いいため紫外線対策をしっかりとしますが、秋は寒さも感じ日差しを浴びたくなりますよね。

今回は秋の紫外線についてです。朝、外に出たときに太陽がまぶしいと思ったことはないですか？秋、冬の太陽は夏に比べて位置が低くなるため目に直接入ってくる紫外線量は多いのです。

また、夏の疲れや乾燥、パソコン等で目が疲れている状態では光はいつもよりまぶしく感じます。夏のダメージを受けた皮膚にシミ、シワ対策でミネカトクリームを塗るのはもちろんですが、目のミネカットも忘れずに。外出時にはサングラスや帽子を使用しましょう。

また、紫外線は悪いだけではありません。体に必要なものです。体の中でビタミンDを合成するためには、紫外線の助けが必要です。カルシウムやビタミンDが不足すると骨が弱くなってしまうです。

食事ではビタミンDの一日量は足りません。日なたで15分、日陰で30分くらい外で過ごすといわれています。秋の紫外線と上手に付き合いましょう。

「避難訓練」

今年度初となる防災訓練は火災を想定した避難をしました。ここ数年繰り返ししてきた訓練というところもあり、落ち着いた避難ができていた一方で、話し声が聞こえるなど、やや緊張感に欠ける場面も見られました。より安全な避難を目指すためにも、様々な状況を想定した訓練の内容と、現実的なイメージを持つて取り組んでもらえるよう、訓練に工夫が必要だと感じております。

また、昨年より取り組んでいる災害伝言ダイヤルを用いた緊急時の伝達体験は、保護者の方々と案内に沿って確認できたところ報告がいただけました。ご協力どうもありがとうございました。す。ただし、いざという時にこそ落ち着いた対処対応ができるよう、災害伝言ダイヤルを使い慣れていたため、定期的な体験の実施を検討しております。

す。内容についてはあらためてご案内いたします。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。(広沢)



「子育て日記」

この度は育児休暇を取得させていただき、ありがとうございます。御座いました。所長を初めとする事業所の方々、利用者のご家族の方々に深く感謝を伝えさせていただきました。

現在、息子は無事に1歳を迎えることができました。育児休暇の約半年は長いようで短く今までに無いほどの濃縮された時間をいただきました。生まれてからは体重の増加での悩みが少しありました。それ以外は何もなく親孝行な息子だと、いつも思っています。

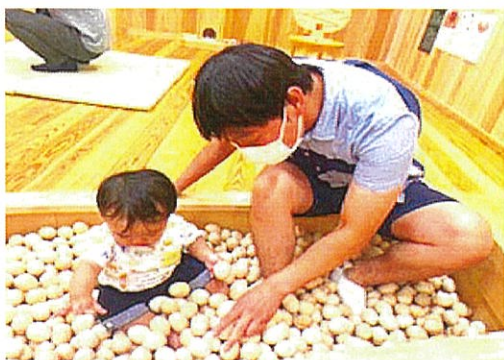
何に対しても興味を持ち様々なことに挑戦しようとする日々を応援してきたことで順調に成長をしている実感を持てました。

た。
この内容に踏まえて今回は日記なので育児休暇中の1日をご紹介します。紹介させていただきます。

6月中旬の晴れた日に檜原村にあるおもちゃ博物館まで、お出かけをしました。そこでは写真の通り乳幼児スペースが8畳間くらいありスロープや木の卵が沢山ある川が通っている空間が広がっていました。都内各地から遊びに来ている方々がいて、とても賑わっていました。息子も、おもちゃを広げては次のおもちゃを探して一緒に遊んで楽しんでました。

これで子育て日記を終わります。最後まで読んでいただき、ありがとうございます。

(三谷)





Cafe 大好き

【3か月連続!!】

大入り獲得

目標金額が60万円に変わりましたがなかなか出なかった大入り袋。それが7月に60万円を超えてから3か月連続の大入り袋となつていきます!カフェメンバーの会話の中でも「今月はどうか。3か月連続いけるかな?」「2か月連続はすごい嬉しかった」という声が聞こえて来ました。10月1週目の木曜に発表となり、3か月連続をみんな拍手をして喜んでいました!

日頃から利用してくださるお客さんへ感謝です。そして暑い日の買い出しや忙しい日などに自主的に休憩を遅らせ



【富士見台小学校と多摩川小学校の2年生が「まち探検」で一起来店】

小学生達が日頃のカフェの

様子やメニューなどをメンバーに質問しに訪れてくれました。

事前に質問内容を頂いて練習を行い、本番へ。みんな自分の担当した質問が来ると立派に受け答えしていました。

【調布花火】

来店人数94名 売上69100円4年ぶり開催の調布花火大会!の店内は大盛況!

カフェ大好きでは「そんなに来ない派」と「かなり来る派」で意見が分かれました。

いざ当日になれば、CO2からお客さんが入り、お昼には満席に!そのままの勢いであつという間に一日の営業が終わりでした。忙しいって良い事です。メンバーも疲れているはずなのに、とても良い表情で帰っていました。来年の開催もあれば嬉しいです。

【かぼちゃ三昧】

・期間限定の調布産かぼちゃプリン!「なめらかさがまた違うね」とお客さんからの声がありました。普段も「かぼ

ちゃプリンおいしかったです!」と言ってもらえますが、調布産恐るべしです!!

・かぼちゃのポタージュが始まりました。初日は一日で完売!!これからが楽しみです。

・新メニュー!パンプキンシフォンケーキ(かぼちゃの種入り)が登場!!かぼちゃの種?と思いましたが、食べてみる全く違和感がなく、「おいしい」の一言。是非、お試しあれ!



【ギャラリー】

- 10月 ichigo 様 アクセサリー
- 10月 イラスト展
- 11月 愛染寺西様 ビーズ作品展
- 12月 ミックスリーブス様 雑貨展