

採れたて!!

わかごぼうース

No.104

発行 2022年11月
八尾市パーソナルサポートセンター
大阪府八尾市本町1-4-1-201
TEL:072-999-7900

経験して感じる次への手ごこたえ

秋晴れの合間に冬を感じさせる冷えた風が吹きすさぶ十月の終わり。八尾市国際交流野遊祭に参加し居場所わかごぼうはアーモンドのキャラメリゼを販売してきました。

イベント当日。朝の8時にわかごぼうに集合し準備を整えて現場に。まずはテントの設営から、これがなかなか力のいる作業で何とか苦戦しながらテントを設営し終え商品を並べて当日の流れを再度確認しながら開催時刻を待ちます。

が、待ち時間が彼らには我慢できないよう、「公園の遊具で遊んできてもいいですか?」「まわり見てきてもいいですか?」

など、みんなあつちへフラフラこっちへフラフラ大丈夫かな?

く?。開始時刻になりぞろぞろとお客様が公園内に入ってきて

ますがお昼時と言う事もあって商品には一瞥をくれるだけ

で中々買って貰えません。そん

な中わがごぼうの事を知つていだいている方が買いに来てく

れました。メンバーは初めての接客で緊張しながらお金を受け取り商品を手渡していました。



完売したから
懐はあったかいです

この時期の
日陰は寒い

接客にトライ!



午後二時になったところで作戦開始。「あまつています」と言う理由を書いた値下げカードをぶら下げ販売しているわがごぼうは周りのフランスフルトや唐揚げには勝てず、どんどんと客足が無くなりお店の周りに誰も居なくなってしまいました。まあこれは仕方ない事なのでメンバーにもお昼休憩をしてもらい午後からの販売のために英気を養つともらいます。

● 参加してみて

接客するのが初めてなので非常に緊張しましたが、想像以上に充実して楽しかったです。人も多くて活気があり反省点としてもっとキャラツチコピーを書き出しテントに貼る方が良かつたかな。

後は売る値段を百円にした方がお手軽だったかな。

家とは違う場所へ出かけたい。でもいきなりは不安。お話できなくとも一緒に過ごしてみよう。失敗しても構いません。そこからたくさんのこと学べるから。

わかごぼうは

失敗できる場所

八尾市社会的居場所事業
わかごぼうに

☆参加対象になる方

- ◇社会参加を望みながら不安を感じている方
- ◇これからの自分を考えたい

家族以外の人との関わりが薄い方

※また、その方のご家族・親族の方も

ご相談いただけます。

(込み合う場合がございますのでご予約下さい。)

今を変えたいけど、どうしたらいいのかわからない。
そんなあなたに応えるための社会的居場所です。



開催時間：毎週木曜日 14:00-16:00

開催場所：わかごぼう

八尾市南本町7-6-23

※JR八尾駅から徒歩15分なので自転車推奨

お問い合わせ&参加申込み

電話：072-992-6921

電話受付時間：9:00-17:00

(祝日除く月~金)

オンライン面談始めました。

詳しくはこちら→



心身共に健康に

生活リズムの乱れ。それは様々な問題を引き起こします。

睡眠不足によるパフォーマンスの低下。眠気による不注意。ホルモンバランスの乱れによるメンタル不調など、日常生活や社会生活にてつもなく大きな影を落とします。

そのことを踏まえて今回「も」農園早朝清掃イベントを行いました。

わかごぼうでは地域の貸農園の一区画を借りて農作物を作っています。借りている一区画の管理は言わずもがなわかごぼうが責任を持ち雑草処理やゴミ掃除を行っていますが、それ以外の通路部分や外周部分の他の利用者との共有部分に関しては二か月に一度農園利用者が集まり共有部の清掃を行います。そしてその清掃開始時間は朝の八時三十分。普段のわかごぼう開始時間は十四時。

ながらく朝早くから活動をしてこれなかつたメンバー達は時間通り参加できるのでしょうか?。当日、参加を予定していたメンバーの数は現役メンバー三名プラス引退生二名の計五名。生活リズムが意識せずとも整つているメンバー二名は集合予定時間の五分前にわかごぼうへと顔を出しました。予定時間になつてメンバーの数は二名。あとのメンバーは生活リズムに苦しんでいるメンバー達です。五分過ぎ十分過ぎ、もう参加时刻なので農園へ移動しました。

事前の農園早朝清掃への参加予定人数はスタッフ含め六名、当日はスタッフ含め三名となつてしましました。

後日、来られなかつたメンバー達に理由を聞いてみると、「忘れてました。」「時間が分かりませんでした。」原因は生活リズムじやなかつたのですね。

普段のわかごぼうより一時間早い集合時間にも拘らず、メンバーのほとんどが出来ることが出来ていたのでひと安心しつつ、わかごぼうから田と鼻の先の会場へ。入口で、スタッフさんが出迎えてくださつたので挨拶をしながら中へと入りました。

部屋に入ると既に何名かの参加者が机に着いていて、その様子を見て緊張をしたメンバーはスタッフさんの指示で資料のある机に案内されました。

配られた資料を読んでみると、【目標】【計画】【実行】【ふりかえり】の4つのステップが書かれています。別の机で同じようにメンバーも資料をペラペラとめくって眺めていると、講座開始時間になりました。講演者が4つのステップを分かりやすく資料を交えながらお話して下さる中、メンバーはメモを書き留めたり、少し緊張が残る中、話の内容と照らし合わせようと資料と睨めっこしていました。

していました。お話の中で求職活動の際に行き詰つたり悩んだときに支援してくれる公的機関の紹介もいくつかされていました。そういふ機関を上手く利用してくださいといつお話を締めくくりとして、講座は終了の時間になり、わかごぼうに帰りました。

今回の講座が自分のことについて考えるきっかけになればいいなと思いました。

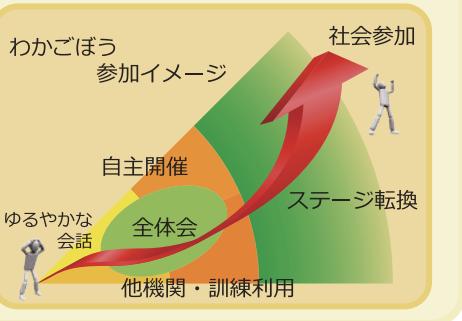
○ 参加してみて

- ・求職活動に大切な事を学ぶ講座に参加しました。
- 4つのステップを聞いて、求職活動だけでなく普段の生活すべてにも当てはまるものに思えました。お話を聞くことで特に印象に残ったのが、目標は心の支えになることやその立てた目標は必ずしもやり遂げる必要もない事などでした。このお話を心の片隅に置きつつ、少しずつ自分なりにやって行けたらなどと思

八尾市社会的居場所事業

「わかごぼう」について

スマールステップを積み重ねて自己を認容し元気を回復した後、自身が望む社会参加を実現する拠点になる事業です。



求職活動に大切な四つのステップ

ぼくの本

頭に怪我を負い入院していた時、入院中は絶対安静暇だったので家族が暇つぶしにと差し入れて持つてきてくれたクロスワードの本をひたすらしていました。脳のリハビリにも良いと言われたので夜中も寝ずにひたすら没頭していました。

退院してからも少しの間はまり続けていて、家でなら辞書もあるので、行き詰った時は色々な言葉を辞書を引きながら探して問題を解いていました。今もたまにはやっています。

小説や歴史物の本は苦手で全然読んだ事がありませんが、話題になると全くついて行けません。そういう時は図書館でDVDを借りたり、N・Kの歴史の番組を見て話について行けるよう勉強しています。ですが、興味がないのですぐに記憶から消えていまい、結局、歴史の話になつてもほんと覚えていないことがあります。

覚えていない事をなんでも頭の怪我のせいにしまがちですが、本を読むことは好きなのでこれからも図書館には通いたいです。

『つづく?』

これからのかわごぼう

来月は、残暑まだ厳しかった九月の始まりに植えたトウモロコシの収穫「冬の始まりに農園活動」子どもの学習お手伝い「力工ルキヤラバンボランティアスタッフ」クリバジやないよ「親睦会」などを予定しています。もちろん、いつものボランティアやテーマトークもありますよ。

みんな似ている。ひとりはよくない。つながる力を身に着けよう。八尾市社会的居場所わかごぼう新規参加者募集中です。

