

採れたて!!

わかごぼうのニュース

No.22

発行 2016年1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 1-4-201
TEL:072-999-7900

こういう結果が
正解でもいいよね。



わかごぼうは
失敗できる場所
家とは違う場所へ出かけた
でもいきなりは不安。お話できな
くて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
たくさんのことを学べるから。

八尾市社会的居場所事業

わかごぼうに
来ませんか?



現場力で完成、

雪だるま鏡餅

「大きなパンケーキを焼いてみたい。どうせなら正月らしく鏡餅にしてみよう。」言っ
うのは簡単ですが実施は困難
を極めました。計画と準備を
念入りに整え当日を迎えてみ
ると、予想以上に焼き時間が
必要でした。早々に計画は頓
挫し先の見えない状況に陥り
ましたが、あきらめずに別の
方法を試行錯誤します。

完成後の参加者の声



できましたが、気が緩んだのか
焼きあがった各パーツは微妙に
不揃いです。どうかバランス
を取って組み立てたその姿はま
るで雪だるまでした。生クリー
ムと苺でデコレーションを施し
てかわいい雪だるま風鏡餅パン
ケーキの完成です。

先が見えない状況での作業は
気持ち面でへ口へ口でした。
・風邪つびきの僕は女子力に圧
倒されっぱなしでした。すごい
・仕事で中抜けして戻ってみれ
ば鏡餅が雪だるままでびつくり
でも、かわいいからいいか。
・途中参加でしたが粗熱冷ます
のを手伝いました。先発組の頑
張りが伝わる仕上がりでした。
・生クリームの泡立てとフード
ファイト担当でした。ケーキが
固くて噛むのに苦労しました。
・後片付けも大変だったけれど
製作側と分担して協力できた。
・自分が思っていたより時間が
かかったけれど最後は想像以上
の仕上がりになって良かった。

自分で使いたいデザインを

「お手軽にマイカップを作りたい。」じゃあ、
せめて絵柄は自分たちで付けてみようとい
うことで始めました絵付けチャレンジ。
陶器に絵を描いてみると平面と違って手が
置けなかったり、ペン運びの力加減が難しい
ことを実感しました。しかし、描き始めると
凝ってしまい時間が早く感じました。

自分でデザインすると
思い入れが強まるね。

でも、
著作権順守で



☆参加対象になる方
家族以外の人と接点を持ちたいと望まれる
方で次のうちひとつでも当てはまる方

- ◇6ヶ月程度、就労や訓練・試験勉強等
から遠ざかっている自分を変えたい方
- ◇少人数の会話からコミュニケーション
に慣れて社会参加していきたい方
- ◇家から出て行動範囲を広げるきっかけ
が欲しい方

開催時間：毎週木曜日13:00-15:00
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
✉ : wakagobou@yaops.jp
電話受付時間：10:00-17:00 (祝日除く月~金)

自分のペースで
参加できます。

ウニもめるよ

2015年から2016年へ

節目節目に振り返り、今後を見据える「これからテーマ討論会」今月はこんな話題でした。

○以前は困っていたが、現在はもうでもなくなったこと

・昼夜逆転の生活が普通の生活に変わった。

・外に出てすぐたる～くなっていたのが改善した。

・スポンがキツくなくなった。

・自分から相談できる人、相談にのってくれる人が増えた。

・ここに来る以前は、外に行かないといけない日が多かったのですが、少し増えたように思います。



～これからテーマ討論会より～

○現在ではできていないけれど、いつかはしたいこと

・ふりふりと目標が定まっていま

せんが、目標を見つけて進みたい。

・行動力を身に付けてスタート

ダッシュを早くしたい。

・もっと稼いでもっと遊んでゆっ

くりもして一週間の目一杯活用す

る。

・良い所だけでなく、苦手な所や

弱点も含めて自分を評価する。

・話すのが苦手だけど、いつかは

話すのが得意になりたい。

・現在は好きなアイドルのイベン

トに参加しているのですが、いつ

つかは自分でイベントをしてみたい

と思います。

・仕事を休職しています。早く職

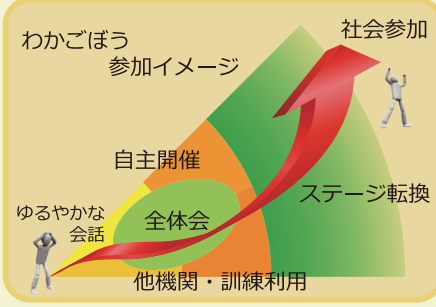
場復帰したいです。

・週6日午前中だけ働いているけれど、週6日8時間で働きたい。

八尾市社会的居場所事業

「わかごぼう」について

スモ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。



いろいろな発見がありましたね。

自動販売機・・・



年末年始の過ごし方は？

○年末最後のサブライズ料理を作りました。

・買出しや前日準備など準備万端にしていたのに、当日すぐに指を爪ごとザックリと切る失態に自分でもびっくりでしたが、全体を見る側に回り沢山指示を出す立場を経験できました。自分は何もしていない心苦しさを感じたり、休む間もなくず～と走りまわる等大変でしたが、勉強になりました。みんなと話すことを目的にもしているのだから話せてよかったです。

・燻製用に用意した食材が余ったので、こっそりステーキにしてみました。みんな喜んでくれたのでよかったです。

・アドバイスを受けながら一緒に全部のからあげをきつね色に揚げることができました。食べた人みんなが「美味しい」と言ってくれたことがとても嬉しかったです。

○プチ忘年会していました。

居場所仲間数人でプチ忘年会をしました。カラオケで歌も歌わず近況報告に花が咲きます。「仕事でこんなことがあった」「働いてもう〇ヶ月目に入った。それぞれ仕事の話が尽きませんみんな数年前には体力面で不安があったり、寒い季節に家から出られなかったり、就職口が見つからず精神的に参っていたものです。今こうして笑いながら仕事の話で盛り上がっているなんて想像もしていませんでした。わかごぼうには支えてくれる仲間がいてくれる。そして一歩ずつ前に進めば違う自分に出会える。わかごぼうに出会えた事への感謝の気持ちと共に、あきらめない事の大切さ、仲間のありがたさをすごく実感できた忘年会でした。

○自動販売機に挑んでいました。

一本20円の自動販売機のドリンクを売り切れるまで買い続けました。12本で売り切れ表示になりホッとなりました。

一字入魂 抱負の書初め

2016年最初のわかごぼうで、書初めを行いました。小学校の書道の時間で使っていた道具を家から持ってきて十数年ぶりの硯で墨を作ると、とても懐かしい気持ちになりました。書初めのお題は「今年の抱負を漢字一文字で表す」です。なかなか悩ましいお題ですが、どんな一文字が書かれたのでしょうか。

・「泥」泥にまみれながら、生きていきたいので。

・「働」なるべく早く、働けるようにがんばります。

・「軸」初心や大切なものを軸として意識したい。多少ぐらつくことがあってもちゃんと戻れるように。

・「向」どこでも、明るく向かっていきたい。

・「結」場所や人など自分と良い何かを結ぶ一年にしたいです。

・「糸」人との縁や、自分の進みたい事への糸口を見つける事が出来たらいいなと思いました。



これからのわかごぼう

アート系企画が全盛期を迎えているわかごぼう。来月も勢い衰えることなく、陶芸やアークセサリー作り、写真がテーマのイベントが予定されています。焼き菓子やパン作り等のカフェ系企画と冬作物の収穫の準備も進んでいます。一方、トーク系やスポーツ系には長い冬の時代到来です。来たれ！新たな推進者。行きたい時が参加時。最初の半歩がここにある。八尾市社会的居場所事業わかごぼう新規参加者募集中です。