

採れたて!!

わかごぼうのニュース

No.16

発行 2015年7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

大きなシャボン玉作り



できるだけ大きなシャボン玉を作りたい。叶うなら人が入れるくらいのもので。早速情報を集めたり、アイデアを募ります。ロープと二本の棒を使った枠。砂糖を混ぜて粘度を高めたシャボン液。それを容れる容器も準備しました。アルミワイヤー枠で作ったシャボン玉で事前練習も行った。粘度調整もバツキリです。当日の天気が最も心配でしたが快晴に恵まれました。近くの公園に移動していいよ実践です。「いきなり成功するのでは？」一瞬みながら期待しましたが、全然うまくい



きません。練習では作れたのに、本番では勝手が違いすぎました。支柱とロープのバランスを見直したり枠を動かす速さを変えたり風の吹くタイミングを計ったり交代しながら何回も試行錯誤を繰り返しました。そして、遂に大きなシャボン玉がフワフワと空に飛んだ時、大歓声が上がりました。「すごい、今どうやったの?」「え、何もせず風に任せてばーっとつつ立っていただけ。」何とも拍子抜けですがそれがコツでした。一人成功すればあとはほとんどの参加者がシャボン玉を飛ばすことができるようになりました。わかってしまえば簡単なことですが、そこに辿り着くまでに失敗を重ねてもあきらめない気持ちが必要です。後片付けもみんなで協力し合って行い、いい雰囲気の中で今回の企画を終えることができました。

風を感じて解放して



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お話を学べるから。

道具作りも楽しいやない

今から思えば、「材料も揃えたいし、作り方もネットで調べたからもう大丈夫。」という考え方が甘かったですね。実際に作ってみたら大きさが違ったり時間がかかったり。あれが足りない。ここがわからない。と、トラブル連発。いくつかの道具作りは断念しました。現状で無理なものは無理とあきらめることも大事だしね。

やってみて初めて気付くことあるよね



わかるとできるは違う



八尾市社会的居場所事業

わかごぼうに 来ませんか?

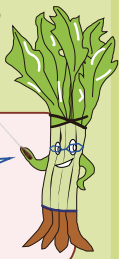
- ☆参加対象になる方
- 家族以外の人と接点を持ちたいと望まれる方で次のうちひとつでも当てはまる方
- ◇6ヶ月程度、就労や訓練・試験勉強等から遠ざかっている自分を変えたい方
- ◇少人数の会話からコミュニケーションに慣れて社会参加していきたい方
- ◇家から出て行動範囲を広げるきっかけが欲しい方



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

風雨に耐えて大きくなあれ



○スイカの空中栽培に挑戦

育成難易度が高いスイカ。参加者や卒業生からの希望も強く今年も栽培することになりました。といっても畝面積が狭いので場所を取らない小玉スイカです。発芽するまでは簡単でしたがすぐにウリハ虫に悩まされました。固まって植わっていると集中的に被害を受けるので株を分散させました。おかげで予想以上に苗が育ち協議の結果、空中栽培案が採用されました。支柱を三角形に組んでネットを張る作業は土木工事みたいで汗だくでした。暑いときは無理をせず畑の小屋に避難して涼みます。



○キュウリの支柱立て

キュウリの蔓が伸びてきました。そろそろ支柱が必要になるようです。これからの台風にも耐えられるよう竹の支柱を選んで細めの園芸用ロープで網を張ります。これで安定して大きくなる仕掛けはバツリです。収穫までまだまだですが、もつと大きく育つように、夏の水やり頑張ります。

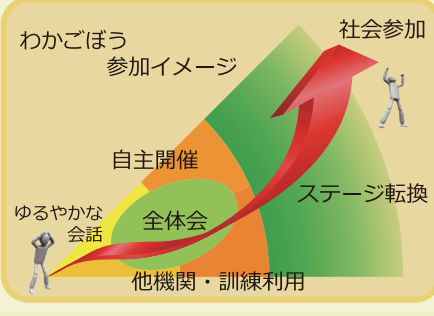
○サツマイモの植え付け

サツマイモの苗を買いに出かけましたが売れ残りの萎れた特売品しかありませんでした。今年は去年より難しくなりそうです。畝に斜めに穴を掘って苗を植えました。スコップで土を掘るのは楽しいですがミミズが出てきてびっくりしました。水管理に注意しながら、秋のイモ掘りを目指して頑張ります。

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。



まず来る。そして座る。

そりゃまあ、そうだな。



みんなぜんぜんだ最初の問題

〜これからテーマ討論会より〜

「やりづらい。みんな仲良しの輪の中に入っていくのがやりづらい。どうすればそんなことができるの?」

「ああ。それ、僕も同じこと思った。」「みんな同じことを経験してきているよね。」

「いい機会だし、どうやって克服してきたかそれぞれ話してみようよ。」「そうですね。最初は同じように自分も入りづらかったです。でも誰かと話をしたかったので、例えば会議で発言できなくてもこの席に座る。ここに居るって決めた。そうしているうちに話せる話題で話せるようになった。とにかく来る事が大事。」

「そりゃ最初は難しかったですよ。出来上がっている人の輪の中に割って入るのがやりづらいってのはここじゃなくてもどこでも同じ。無理はしなくていいけど、できるだけ参加することかな。」

「最初は全然話せなかった。でも、話しやすいい人がいたので楽しいと思った。自分は動くことを目指しているし話もできるようにしたいと思っています。この感じを続けていこうと決めた。」

「僕は最初から話してできる人がいたからやりづらいたとは思っていません。ほんとラッキーだったと思っています。」

「何の話で盛り上がったの?」「野球」「え?野球ですけど。」「野球がよ!」

「私は反対にほとんど話しかけていった。話が出来ない方が怖かったから。空回りがあっても話しているほうがマシだからほとんどいろいろな人に声かけていったかな。」「そうだったの?すごく積極的に接してくれているんだと思いました。」

「いろんなタイプの人がいるから自分に合うやり方とペースで少しずつ慣れていけばいいんじゃないかな。急ぐ必要なんてないよ。」

ミニ卓球でいい汗ながさそう



室内で気軽にできる運動をということで開催されたミニ卓球大会。継続ラリー数を競うペアラリーや6人ラリー、負けあがりトーナメントにリーグ戦を行いました。さて、参加したみんなの感想は?

○普段カラダを動かすことがあまりないので、やれて楽しかった。卓球なんて久々すぎて、笑いました。

○小さなラケットやガタガタの台、正式な卓球では味わえないスリルも加わって、心面白かったです。大盛り上がりでした。

○ペアラリーはどのチームも4回しか続かなかった。リーグ戦は魔球解禁だったので狙っていた。6人ラリーは何とか10回を超えてうれしかった。

○久しぶりの卓球はそれでもなくとも難しいのに、ミニラケットでは全然当てることもできなかった。机の段差を使った魔球は打ち返せる気もなかった。

6人ラリーは狭い範囲で移動するので人にぶつかるので更に難しい。おまけ開催の4人ラリーでは14回も打ち続けることができました。

これからのわかごぼう



今月は台風のおかげでなかなか予定通りに進みませんが、それでも今できることをしようという雰囲気各自取り組むことができました。来月は畑の恵みを頂く夏野菜収穫祭、お盆休みの卒業生を交えたスイカ割り、秋の出店に出す新作メニューのための革新的デザート研究会などを予定しています。

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。