

採れたて!!

# わかごぼうのニュース

No.34

発行 2017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 1-4-1-201  
TEL:072-999-7900

## これからを告げる舞台に立つ

わかごぼう参加が中心の現役生が社会参加に向けた活動を中心にし始めると、現役生を引退することになります。

今日は近くの公園で引退式が行われました。引退予定ではない現役生や卒業生も、ついでに新年の挨拶がてら、これからについて宣言してもらいました。

・A型作業所で計画を立てて仕事ができるようになったら就職したいと思っています。主に清掃やピッキングなど体力仕事をしようと思っています。

・新しいリハビリに慣れることと、様子を見ながらお仕事をちよつと考えようかなあと感じて動いてみようかなあと思っています。

・ええ、昨年は思わぬ一言を言ってしまったので、まあ、今年は



言葉選びに気をつける。以上です。もう少し、コミュニケーション取れたら...と、あともうちょよい活動的に...できたらと思います。

・バイト始めてからいい感じにお給料が増えているのもつと増やしたいです。

・年男ですが、二ートします。嘘です。ちよつとの間は二ートになるんですが、とりあえず仕事探そうのが目標です。ちゃんと探します。

・春ぐらいいまではなんかバイト見つけてPS4欲しいです。とりあえず一個目の目標は息までに起きれるようにする事です。あと、まあちよつと太ってきたんで痩せます。

・今年も新しい事したいです。はい。

○引退式で宣言してみても、なんて言おうか考えるのが大変でした。

・自分で宣言したので頑張ります。他の人達の決意表明を聴いたり、自分の考えを改めて、言葉に出して自分で再確認できました。

・発表する際、注目されていることにすぐ緊張した。それでもできたことは素直に嬉しい。

・今年も新しい事したいです。はい。

宣言したからには やってもらうか



ですよね~

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。

## 想いを込めて「一文字」を選ぶ

今年も新年早々に書初めを行いました。今年のテーマは「今年実現させたい事を一文字で表す」です。一文字でというのが案外難しく、自分の考えを的確に表す一文字を選ぶのに時間がかかりました。直球勝負な一文字を選ぶ人、何重にも意味をかけた一文字を選ぶ人、深く考えれば意味が通る一文字を選ぶ人など様々でした。

特に興味深い一文字は「今年には実現させたい事が多くて選べない。去年同様、さらに新しいことをやっていく。そんな自分にとって新年は特に大きな区切りではなく、一呼吸置く程度のことの意味。」でした。

勝起

昇穩

治、

別に大喜利ではないのですが。



いろんな意味でウマイって言われたいやん



成遂



## ☆参加対象になる方

「自分なりの社会参加の実現を考えたい」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
- ◇少人数の会話から話すことに慣れて自信を持ちたい方
- ◇行動範囲を広げるきっかけや家族以外の人と接点を持ちたいと望まれる方

※また、家族・親族のことでお悩みのある方もご相談いただけます。(ご予約下さい。)

八尾市社会的風俗所 職業

わかごぼうに  
来ませんか?



自分のペースで参加できます。

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

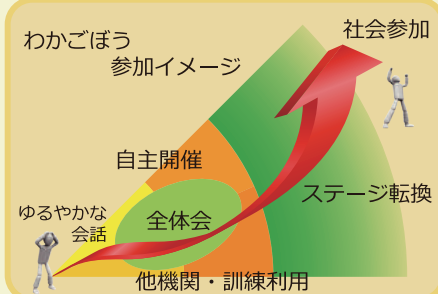
電話受付時間：10:00-17:00 (祝日除く月~金)

ウニもあまる

## 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。



## 割るのが先か、壊れるのが先か

「いよいよピニャータを割る日がやってきました。雨予報でしたが、どうにかやれそうだったので屋外で割りました。お借りした竹の先にS字フックをつけて吊り下げたピニャータ目掛けて、プラスチックバットを振り下ろします。でも、なかなか当たりません。ピニャータは二つあるのですが、果たして無事に割れるのでしょうか。」



「あれ、割れへんなあ?」「バット負けてません?」「おお!素振りきた素振り。師匠、ご真ん中ホームランで。」「無理やー。」「でも、ちよつと凹んだ。」「一つ目は二巡してようやく割れましたが、二つ目は支えのひもがちぎれました。」

「おお!落ちたぞ。」「投げた人がいれば!よし。じゃあ、投げよう。」「周り危くない?」「守備準備!」「打った。一塁一塁。走れ。」「はい、バッター交代。」「あ、の、バットが割れてダメです(笑)」「もう、割れませんでしたでいいんちゃう?」「いやいや、割るでしょ!」「寒空忘れて割る気満々でしたね。」

「ピニャータを割り終えて」  
「ピニャータが硬くてなかなか割れず、最後には野球になってバットの方が壊れました。でも、一つは割れて良かったです。」  
「叩くはずがなぜかフルスイングするハメになってしまった。」  
「割りやすいように高さを調節して竹を支えるのは難しかったけど、割れた時は感動した。割り方もそれぞれ個性があつて面白い。」  
「自分が割つたらと考えるながら夢中になって割りました。少しだけ、作る手伝つてよかつたと思えるくらい楽しめました。」

結果よりも  
計画重視。

計画通りなら  
大成功!



「良かったことは楽しかったこと。改善案として餃子の皮の包み方や焼き方をレシピに書いてみんなで理解することかな。それと、誰が今何をしているのかをしっかりと把握できていたのか?確認する機会がなかったような気がする。」  
「参加者が書いた餃子の餡レシピを見て自分で考えて動いたり、上手な包み方をお手本に真似してやってみたりしました。みんなでワイワイ賑やかに作って美味しく食べられたのは良かったです。」

## 採れたてのシャキシャキを包む



「ずつしり育ったハクサイとホウレンソウを収穫しました。」  
「収穫した野菜で餃子作りを予定していたのですが、前週になってもち作り方を全員で共有できておらず、時間内に作業を進められない可能性が高まりました。準備不足を認めてすぐに計画の見直しを図り、目指す結果から逆算して準備や役割を分担した上で再挑戦しました。」  
「なかなか予定通りには進みませんが、計画を立てておけば修正する基準点が定まります。立て直すにしても、本来どうであつたのかがわからないと手が止まってしまうのです。さて、今回の餃子作り、計画通りに作れたのでしょうか。」

「病院が長引いて遅れました。私の担当の包み作業は終わりがけていましたが、やると決めたことはやらないといけないと思うので、少しだけ包みました。」  
「予定より早めに人が集まり、作業が早く進み段取りよく出来たと思います。ですが、調味料の分量間違いをしまして、「やってしまった。」と思いました。「行動する前に、現状確認すること」を意識して身に付けたいです。」

## どうも!雑談をしよう

「みんなでお鍋をしました。とてもおいしかったです。家での話とか、サブライズ差し入れも楽しかったです。」  
「肉食べたい。」「豆腐食べたい。」「ちよつと待ち。なんで私がよせい奉行なつてんのよ。」「そのおたまつてるから。」「こつちにも入れて。」「自分でやれよ。」「で、そつちの鍋はなんでみんな立つてんの?」「立食パーティー。」「こつちは立ちたいんですよ。」「今回の鍋は無難な方と冒険な方があつて、席交換で移動できるルールでした。僕のいた席ではイナゴも登場しました。」「ちよ、待って。ちよつと待って。ホンマに。」「一番大きいあげる。殿様やつて。」「うわあ。無理。顔が無理。」「見つめ合うからやん。」「最初は拒否していましたが、一人二人食べてるのを見て挑戦してみると、「あれ?美味しい。普通に美味しい。」「白、はんが欲しくなりました。これをきつかけに人が入れ替わつて、みんなという話せました。」「この服、もこもこしてかわいいな。」「いい色やし。」「ハッピーはどうしたの?」「ハッピーは洗濯に出されて行方不明です。」「なに、ハッピーって?」「いつもの服。」「洗濯出されたら行方不明になんの?」「うちもたまにありますよ。洗濯した後たんでないから不明になるつていう。」「普段知ることのない家での話は特に新鮮でした。今日はたくさんしゃべれました。」

## これからのわかごぼう



来月は日常生活でも役立つ魚の三枚おろしと野菜の飾り切りの習得に挑戦します。ついでに軍艦巻きも作ろうと話が膨らんでいます。他にも自転車修理の企画や耐寒スポーツイベントなんかも予定されています。もちろん、ボランティアやテーマトーク、農園活動もありますよ。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。