

# 箱根バス旅行



2009年

7月9日(木)～10日(金)

●1日目

箱根芦之湯フラワーセンター

箱根高原ホテル

●2日目

新江ノ島水族館

毎年恒例の研修旅行、今年は7月9日、10日の二日間、良い思い出をいっぱいお土産にカバンにつめて元気に帰ってまいりました。もちろん、出発前からメンバーのわくわく度も最高潮、7月に入るとメンバーからの話題は旅行のことが話の端々に出てきて、その期待感がビシビシと伝わってきました。

今回の旅行は、天候にはあまり恵まれたとは言えないときが多かったのですが、それを補って余りあるほどの笑顔が得られたと思います。また、今回は、旅行では、大きなウエイトをしめる食事が、個人的な経験上では、もっとも充実していました。

おいしい食事に和気あいあいとした雰囲気、夜も昼もとっても盛り上がりました！

最後になりましたが、ボランティアの方をはじめ、この旅行にご協力いただいた方々に感謝いたします。(福田)



NON-PROFIT ORGANIZATION

八王子生活館

ゆいまーる生活館

自立生活体験室ステップ

グループホームきりん館

グループホームきらり館

アート&クラフト

フーズ&エコロジー

チャレンジ&エンジョイ

スロー&エンジョイ

スロー&エンジョイ

# ＜今後の予定＞

◎9月の自由レク、片倉高校文化祭のため18日→25日

9月の予定				10月の予定			
1	火	自由		1	木	自由	
2	水	自由	午後 風姫(天神会館)	2	金	自由	午後 全体ミーティング
3	木	自由		3	土		ゆいまーる営業
4	金	自由	午後 選択カルチャー	4	日		
5	土		ゆいまーる営業	5	月	自由	
6	日			6	火	自由	
7	月	自由		7	水	自由	午後 風姫(天神会館)
8	火	自由		8	木	自由	* 定期券締切り
9	水	自由		9	金	自由	* 給料日
10	木	自由	* 給料日 * 運営会	10	土		ゆいまーる営業
11	金	自由		11	日		
12	土		ゆいまーる営業	12	月		体育の日
13	日			13	火	自由	
14	月	自由		14	水	自由	
15	火	自由		15	木	自由	
16	水	自由		16	金	自由	午後 選択カルチャー
17	木	自由		17	土		ゆいまーる営業
18	金	自由	* 片倉高校文化祭	18	日		ふれあい運動会
19	土		ゆいまーる営業	19	月		振替休日
20	日			20	火	自由	
21	月		敬老の日	21	水	自由	
22	火		国民の休日	22	木	自由	
23	水		秋分の日	23	金	自由	
24	木	自由		24	土		ゆいまーる営業
25	金	外食	午後 自由レク	25	日		
26	土		ゆいまーる営業	26	月	自由	
27	日			27	火	自由	
28	月	自由		28	水	自由	
29	火	自由		29	木	自由	
30	水	自由		30	金	外食	午後 自由レク
				31	土		ゆいまーる営業



\*できるだけ1週間前にお申し込みください。配達についてはご相談ください

\*宅急便での配送も承ります。関東近県は一律530円。クール便ご利用の際は別途料金がかかります  
1万円以上お買い上げの場合は、送料無料 豆腐・乳製品は原則として配送はしておりません

品名	サイズ	価格	数量	金額	備考
バター	小	¥60			粉と水と塩のみのシンプルなフランスパンタイプのパンです。ゆいまーるの基本のパンです
	大	¥160			
食パン	1/2	¥190			バター生地を型にいれ山型食パンにしました。
	ホール	¥380			
ブリオッシュ	小	¥110			よつ葉バターと黒糖の入ったほんのり甘い柔らかめパンです。
	大	¥300			
	山型	¥600			
レーズン	小	¥80			サルタナレーズン使用 甘みのあるパンです。焼きたてにバターが含まれます
	大	¥210			
カシス	小	¥110			カシスとくるみ入り 甘酸っぱいパンです。
	大	¥290			
くるみ	小	¥110			くるみがたっぷり。クリームチーズが含まれます。
	大	¥290			
ライフルーツ	ロング	¥110			一番人気。レーズン・くるみ・自家製甘夏ピール入り。
	大	¥290			
ライいちじく	ロング	¥130			女性の味方ドライいちじく・カシューナッツ入り。
	大	¥260			
チーズパン	小	¥110			チーターチーズを折り込んで焼きました 表面にちよつとのぞいてるチーズがかりっとして美味ト
	大	¥290			
ごまチーズ	小	¥110			チーズとごまの香ばしい香り! 要予約
	大	¥290			
黒米パン	1/2	¥290			合鴨農法栽培の黒米を炊いて生地に混ぜ込みました もちもちした食感です できるだけ予約を!
	ホール	¥580			
ごま	小	¥80			国産黒ごま使用 軽くトーストするとごまの香りが広がります
	大	¥210			
白あんぱん	白あん	¥180			北海道産銀手亡豆の自家製餡を使用
チーズおやき		¥140			ブリオッシュ生地の中にチーズ 平たく焼いたパン
おやきあんぱん	黒餡	¥180			ブリオッシュ生地の中に小豆餡 平たく焼いたパン
クロワッサン		¥120			食べ応えのある、人気商品です!!
白あんデニッシュ		¥170			ぎんてぼう豆の自家製白あん使用
マーマレードデニッシュ		¥170			旬のデニッシュ! できたて甘夏ジャム
チーズデニッシュ		¥170			チーズが中にはいったデニッシュです
ブルーベリーデニッシュ		¥170			自家製ジャムのデニッシュです
金額小計					

品名	サイズ	価格	数量	金額	備考
にんじんクッキー	100g	¥370			低・無農薬栽培のものを使用しています。沖縄産黒糖をはじめ厳選素材を使用していますので美味しさが違います。基本的には毎週月曜日に焼いています。ご贈答用詰め合わせもご予算に応じて承っております。
紅茶クッキー	100g	¥370			
チョコチップクッキー	100g	¥400			
アーモンドクッキー	100g	¥400			
桑の葉クッキー	100g	¥400			
ソリッドクッキー	10本	¥310			
パウンドケーキ	大	¥1,600			
〃	小	¥1,200			
〃カット(1/8)	約60g	¥210			
ノンホモ低温殺菌	720mlビン	¥346			
	180mlビン	¥130			
低温殺菌コーヒー牛乳	180mlビン	¥130			群馬県東毛酪農より無農薬の草を食べて育った牛さんの乳製品です。定期購入すると割引があります。毎週・1週おきなどでも結構ですので1ヶ月単位でお申込みください
生乳ヨーグルト	500ml	¥245			無農薬の珈琲豆です。お好みにお挽きします
マイルドブレンド	100g	¥420			
ストロングブレンド	100g	¥420			煮出すチャイ等に。洗みやクセのない丸粒の紅茶です ふた付きバスケット入りでギフトにも最適
ケニア紅茶	250g	¥1,050			
セイロン紅茶ティバッグ	25pc	¥500			ビタミンC豊富なハーブティです
ハイビスカスティバッグ	35pc	700			
カモミールティバッグ	35pc	¥700			いやしのお茶、香り高いカモミールティ
金額小計					

大サイズの倍のジャンボパンもごさいます パーティや集まりなどに! 要予約  
★ゆいまーるのパンの消費期限は5日間・黒米は3日間・デニッシュ系・あんぱん・チーズパンは2日間です。すぐに食べ切れない時は冷凍保存をおすすめします  
なお、保存料等無添加の為、夏季の間は消費期限内であっても高温多湿を避けお早めにお召し上がり下さい

お名前 干住所・電話番号  
TEL FAX

# ボランティアさんを募集しています!

CESでは、メンバーに対してよきよきめ細かな対応をするために、また、閉鎖的な場にならないよう、地域に開かれた風通しのよい場にしていくために、ボランティアさんを募集しています。  
\*下記いずれの場合も、交通費・入場料等の実費はこちからで負担いたします。  
\*詳しくは、電話 042-627-0665 か info@npoces.net へお問い合わせください。

**9/4・10/16(金) 選抜カルチャー**  
13:00 生活館集合・16:00 生活館解散  
美術、ダンス、タイコ、たいそうに分かれて活動しています。

**9/25・10/30(金) 自由レク**  
12:00 生活館集合・16:00 生活館解散  
カラオケ、ボウリング、プールに分かれて活動しています。

## パンのフィリングづくりをお手伝いください in ゆいまーる

ぶるべりー 9/30(水)10/1(木) いんご 10/21(水)~23(金)

午前の部 10:00~12:00 午後の部 13:00~15:00 (半日でも結構です)

今やゆいまーると言えば、パリパリサクサクのクロワッサンやデニッシュが大人気です。そのデニッシュに欠かせないのが、フルーツのフィリングづくり(ジャムづくりとほぼ同じ)です。ブルーベリーもそうですが、とくにりんごは、その甘い香りに包まれながら、トントんとりんごをスライスして、グツグツと煮る。こんな作業を何人かで行ってやっていると、話も弾み、やさしい気持ちに包まれていきます。ぜひご一緒ください。

## 10/18(日)ふれあい運動会 集合 9:00 解散 15:30 富士森陸上競技場

市内の障害者団体が一堂に会する運動会です。いっしょに走ってくださる方、テントで応援してくださる方、お話をしてくださる方、いろんな形で協力いただければと思います。天高く馬肥ゆる秋。いっしょに楽しくカラダを動かしましょう! お待ちしています。

## 本紙「生活館ニュース」の新名称を募集しています

現在私たちは、NPO法人CESとして生活館・ゆいまーる・ステップ・きりん館・さくら館を運営しています。つきましては、本紙の名称についても「生活館ニュース」から新しい名称にしたいと思っております。現在、内部の関係者にアイデアを募っているところですが、もしよいアイデアがありましたら、9月9日(水)までにお知らせください。

\*寄付・寄贈\* どうもありがとうございます (敬称略・順不同)

鈴木真由美 鈴木シズエ 藤井茂樹 岡本昌子 森本太郎

6月、7月と二つの作品展にお誘いがあり、生活館が参加しました。

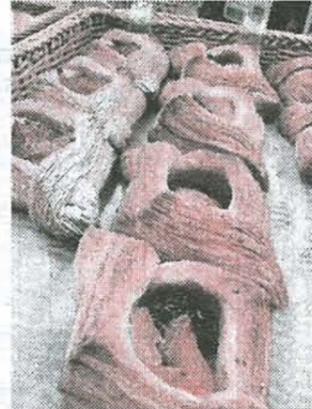
## サマーフェアを終えて…



ここ数年続いているゆいまーるの夏季休業前のサマーフェア。恒例となりつつあります。もともとは、夏休みにもお子様連れで来てほしい、夏季休業前のクリアランスセール、ということではじめましたが、内容も年々グレードアップ?! 今回も夏限定のパンや、オススメオーガニック食材セット、山梨からの減農薬桃販売などをメインに開催しました。

### 今回の限定販売パンは

- ★旬の時期に作っておいた、あんずコンポートをのせたデニッシュ
- ★とれたて桃をコンポートにしてのせたデニッシュ
- ★銀手亡(ぎんてぼう) 豆のカレーを中にいれたおやきパン
- ★とれたて無農薬栽培コーンを皮つきのまま天板で蒸し焼きにした あま〜いコーンパン
- ★目にいいといわれるアントシアニンたっぷり入った夏のおやつにもぴったりなブルーベリーマフィン。  
\*好評でしたので、原材料が続く限り続行予定です。



### アセロラドリンクが好評!

そのほかにも、オススメセットの中でもカレーセットの次によく売れていたのが「アセロラジュース5本セット」です。アセロラにはレモンの20倍以上のビタミンCが含まれていてコラーゲンの生成にも役立ちます。またシミやソバカスなどのメラニン生成を抑えるそうですよ。女性の方にはオススメですね! (1本90円にて販売中)

ご来店いただいた方には、スタンプ2倍サービスやとくとくチケットをお配りしました。レジ担当メンバーさんが忘れずにせつせと配布してくれていました。その横で、お皿拭きをしていたはずのメンバーさんもササッと寄ってきてさずニュースレターを渡すという見事な連携プレーなのでした(笑)



どれにしようかな、と迷ってしまうほどのおすすめパック

### コーンをパン用に加工中!



#### 北海道産農薬不使用栽培コーンです

左: 皮付コーンをオーブンで蒸焼き  
中: 蒸しあがったコーンをみんなでせつせと皮むき中  
右: 実をほぐしてできあがり



甘くておいしいコーンパン



上: 季節のデザートハイビスカスティと白玉のゼリー  
左: 自家製あんずのコンポート瓶詰め



### 「結の会」のアーティスト展+「生活館」織物展

2009. 6. 26~30 白い画廊「ポラン」

「結の会」さんとの合同作品展は、6月の下旬、夏の始まりで、画廊「ポラン」がある多摩御陵の並木道は、葉を青々と茂らせ緑陰という頃の開催でした。

画廊「ポラン」は本当に気持ちの好いところで、展示室の入口と窓を開けていると風が通り生活館の織物が色のをせて、ふわりと踊ります。

お客様からも「気持ちのよいところ、作品の雰囲気にもぴったり。」と言う、嬉しいお言葉も頂きました。

「結の会」さんのアーティスト達の絵画もすばらしく、なんとも言えない味のある作品ばかりでした。

会期中に、メンバーと一緒に見学に行きました。画廊に自分達の作品と並ぶ「結の会」の絵画を見て、みんなも何か刺激をうけたのではないのでしょうか?



### 「鳴る木アート Factory」

2009. 7. 17~22 ギャラリー 彦



西荻窪ギャラリー「彦」での「鳴る木アート factory」さんとの作品展は、今回で2回目。「障害者と一般アーティストたちのアートを通じてボーダレスを…」をめざしておこなわれています。参加された若いアーティストの方からは「この色使って、おもしろい!」「きれい!」と感嘆の声も…。また、5月におこなったギャラリー「西の風」の時のお客様が、生活館の作品をよく覚えてくださっていたこともあり、ありがたうれし出来事でした。

生活館のメンバーは、毎日仕事をして、日々腕を上げ、新作を生み出しています。メンバーみんなの仕事を、皆さんに見てもらえることは、私たちにとって一番のご馳走です。このふたつの作品展から、また新しい出会いがありました。お誘いくださった「結の会」さん、「鳴る木アート Factory」さん、どうもありがとうございました。また、おいでくださった皆さん、どうもありがとうございました。

### ✧工房の窓から✧

かすが みやこ  
春日 都子さん

織細でとてもいい織りをされる都子さん。このところ、色使いの中が広がって、色数豊富に細かく色替えをするので、織りあがった布は、経糸・緯糸の色が複雑に交錯して、魅力的です。やさしく織るので、風合いもとても柔らかいです。



### 生活館の商品…その7

紙すき  
サンドカード

一枚ずつ作った紙に、一枚ずつことばを書いて切り抜いています。切り抜いた窓からのぞくのは、生活館のカラフル手織り布。いろんなことばやカタチがありますよ。

サイズもいろいろ…  
大 ¥1500~中 ¥460~小 ¥360~



◆「ハウツー織物」は紙面の関係上、今号はお休みします。



あつという間に9月!!  
9月といえば何を連想、想像しますか??  
秋への入り口9月・・・  
遠足、台風、運動会、文化祭、芸術、味覚・・・  
そうそう、今年は近隣の高校の文化祭(都立片倉高校・工学院大学付属高校)でゆいまーるのパンやお菓子を販売していただきます。ありがたいです～  
安全安心なものを子どもたちに販売して下さるなんて、子を持つ親の立場としてもうれしいです。

暦の上では秋ですが、今年もなんだかへんな気候でしたね。。  
今年は真夏日(最高気温30度以上の日)も、猛暑日(最高気温35度以上の日)も例年に比べて少なかったみたいですが、それでもやはり暑い!夏の疲れもでてしまうこの季節、おいしいもの満載の、本格的秋にむかって元気に過ごせませう体調には気をつけたいものですね。

**\* パン販売変更のお知らせ \***

9月24日(木)は、都合により  
クロワッサン・デニッシュのみの販売とさせていただきます

夏はカレー!というおうちも多いですよ。我が家も同じく、いろんな味のカレーをこの夏も楽しみました。ぜひたく、カレーの壺と、ネパールカレーをミックスしてみたり・・・。そしてこの夏新発売の↓も!

**マリオさんのココナツミルク 200ml 294円**

香り高く豊かなコク。カレーなどのお料理をまろやかに仕上げます。クセがなく、適度な濃さなのでお菓子やデザート、ドリンク作りにも最適。スリランカで農薬や化学肥料に頼らず栽培されたココナツから作りました。  
スリランカのカレーには欠かせないココナツミルクを、カレーの壺の生産者のマリオさんが届けてくれます。これでバナナプリンを作ってみました。とってもおいしかったですよ!! (レシピあり)



今月も お願い・・・

ゆいまーるのパンは保存料や添加物は一切はいていないため、夏の間は消費期限内であっても、高温多湿を避け、お早めにお召上がり下さい。  
また、すぐに召し上がらない場合は、カットして冷凍保存をお勧めいたします。

**季節限定 <ハーブの虫よけ・デオドラントスプレー>**  
地球環境にやさしいカラダにもやさしい!

『ハーブガード』 130cc 1470円

※1 ※2  
無農薬・無化学肥料栽培されているシトロネラとリーチライムを使ったさわやかな香りが特徴の昆虫忌避スプレーです。界面活性剤、乳化剤を使用していません。よく振ってからお使い下さい。

※1【シトロネラ】レモングラスと同じイネ科の植物。自然の昆虫忌避剤として蚊や虫を寄せつけません。防臭作用や防腐作用もあります。  
※2【リーチライム】シトロネラと同じような効果を持ちながら、さわやかな柑橘系の香りのハーブ。



ほとんどの市販の虫除けスプレーには昆虫忌避薬のディートが含まれています。ディートは皮膚の炎症やただれ、目のかゆみなどを引き起こすこともある化学薬品です。このスプレーは、自然に還るものだけを原料に、人に昆虫に、地球に配慮して作られています。もちろん、お子様にも安心してお使いいただけます。

『ハーブデオ』 100cc 1680円

スプレーするとハーブのさわやかな香り……  
数分で限りなく無臭に近づき、効果だけが持続します。  
朝、お出かけの前に、足のムレや脇の下など、汗のおいが気になる場所に……  
さわやかな香りが、気分を爽快にしてくれますよ!  
保存剤、防腐剤、着色、化学香料は使用していない、肌にやさしいデオドラントスプレーです。



【主成分】 みょうばん・・・肌の表面を弱酸性に保ち、においのもと雑菌の繁殖をおさえる効果があります リーチライム・・・消臭力 ガランガ・・・カビを防ぐ殺菌力 うこん・・・肌を穏やかに保つ保湿効果や黒ずみやあれを防止する効果を発揮します

**<9月の予定>**

1・8・15・29 日(火)⇒牛乳入荷 お豆腐入荷(4時すぎ)  
5・12・19・26 日(土)⇒土曜日セール! パウンドケーキなどがお買得!

オーガニック カフェ&ベーカリー 〒192-0075 八王子市南新町17-5 田村ビル1F  
www.yuimaru.net shop@yuimaru.net

◆定休日 日・月・祭日 電話 042-626-2296  
◆営業時間 11:00~17:00 Fax 042-626-2307

以前、生活館のスタッフをされていた森本太郎さんの展覧会のお知らせです。  
**つなぎとめるものー森本太郎展**  
-in between- MORIMOTO Taro Solo Exhibition  
2009年9月5日(土)~10月4日(日)  
奈良町現代美術館ギャラリー  
岡山県勝田郡奈義町441 電話 0868-36-5811

生活館&ゆいまーるの商品が文化祭で販売されます  
●片倉高校  
9月18日(土) 学校関係者のみ  
19日(日) 一般公開日  
●工学院大学付属高校  
9月26日(土) 一般公開日  
27日(日) 一般公開日

多摩市永山公民館市民企画講座

『その人がその人として生きる。そのために……』  
～障がい者が地域で暮らすための支援とは～

日程	テーマ・内容	講師
11月15日(日曜)	テーマ：当事者参画とその支援 学習内容：知的障害者常に指導される立場に置かれているが、当事者自らが様々な事柄に参画していくことやそこに求められる支援とは何か、実例を交えて伺う。 テーマ：知的当事者のダイレクトペイメントを考える 学習内容：当事者自身が支援を雇おうというダイレクトペイメント。しかし、意思決定に困難を抱える知的当事者がどのように自らの想いの実現に向け支援を使うのか? その財源の確保や運用も含め伺う。	立教大学教授 河東田 博氏 早稲田大学准教授 岡部 耕典氏
12月20日(日曜)		

時間/いずれの日程も13時30分から16時30分  
場所/永山公民会集会所 参加費/無料 定員/50名(申し込み先着順)  
\*お申し込み・お問い合わせは、下記連絡先までお願いします。  
主催：たこの木クラブ  
連絡先042-389-1378 E-mail takonoki@s7.dion.ne.jp

**Pulemyu ぷれみゅ**

\*選択カルチャーやきらり館スタッフ永井美知さんの活動です。

音楽サークル：9月6日(日)・26日(土)・10月4日(日)・24日(土) 10:30~11:30  
ドラムサークル(佐々木薫さん)：9月11日(金)・10月9日(金) 19:30~21:00  
場所：クリエイトホール 4F スタジオ

**\* Pulemyu 企画音楽会 \***

『心地よい音楽に浸りタイム〜第1弾〜波紋音(はもんおん)永田サチ子さんの泉』  
とき：11月8日(日) 14:00~16:30  
ばしよ：クリエイトホール展示室 参加費：前売り 2500円 当日 3000円  
ご予約&お問い合わせ Pulemyu8020@ezweb.ne.jp ながいみち

## ステップミーティング(8/22)

メンバー9名、ボランティア2名、スタッフ2名

### 「貴重な意見をありがとうございました」

2009年度はこの日が第1回目のステップミーティングです。こちらで用意した議題は主に3つ・・・みんなの夏休みの思い出をきいたりしながら、いつもどおり脱線しつつのミーティングでした。

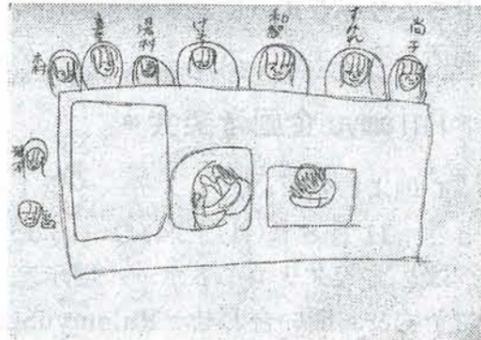


① 10月3日(土)に開催予定のバーベキュー大会のこと・・・会場は夕やけ小やけふれあいの里を仮予約済。今回はCES理事の方々にも参加を呼びかけるため、案内状を出そうということになりました。新たなこころみとして、買い物や食後のプログラムを検討するバーベキュー大会実行委員(仮称)をメンバー参加のうえ立ち上げることになり、参加申し込みの際に自薦で申し出るようになったので楽しみです。昨年の食材リストを参考に、買い出しも実行委員を中心にすすめていけるかな？今年のお楽しみメニューは？こうご期待。

②メンバー企画のこと・・・毎回ミーティングでは積極的にアイデアがでて盛り上がり、でもその先へはなかなかすすまないメンバー企画。今回はそんな状況を踏まえ「何をやりたいか？」というよりは、「どのようにすすめていくか？」ということについて話し合いました。「どのようにすすめていく？」→「まずはどんな企画を誰がもってくるということだけ・・・」と話し始めたところ、「これをやりたい！！と発信するものがない」、「呼びかけの仕方がわからない」という意見がすぐにでました。そこから「ステップ専用の掲示板がほしい」、「ご意見BOXみたいなのもあったらいいかなー。苦情も言えるし・・・」というドキとする発言もあり・・・ひとまず掲示板と、ご意見BOXは近々設置することが決まりました。

「企画を持ってきた人を中心とした企画担当者会議をしては？」という提案には「会議をするなら仕事のあとかな」と乗り気だったように思います。

③ひとり暮らし学習会のこと・・・どんなイメージ？ひとり暮らし学習会(第1回は来年1月に開催予定です)と聞いてどう思った？との問いかけには、「ひとり」という言葉にびくっとしたという発言がありました。そして学習会というと少し構えてしまうようで、「学習会はちょっといやだな」と。学習会+講師との懇親会というプログラムの組み方の提案には、「それならいいかな？」と少し前向きになったり。「家族との生活、グループホームでの生活はなんとなくわかるけどね。ひとり暮らしってどんなだろう？」と。これから、みんなで話しながらイメージを膨らませていけたらよいと思いました。



次回のステップミーティングは11月14日(土)に開催予定です。メンバー、ボランティアのみなさんぜひご参加下さい。

## きりん館



きりん館と  
きりり館から  
こんにちは

### 7月

★出ました！！出ました！！

オバケではありません。あの黒々ピカピカ、ツヤツヤのお客様～ゴギブリです。スタッフふたりは大パニック涙目になり、固まってしまいました。それに反してメンバーさんは落ち着いていらっしゃいました。次に出た時は、鹿毛さんがやっつけて下さるそうでひと安心なものでした。

★生活館・ゆいまーるのバス旅行

きりん館メンバーさんも全員参加しました。旅行当日の朝、きりん館には、親御さんときりん館スタッフ全員がかけつけて・・・元気に出発できてよかったです。天気はいまひとつでしたが、温泉や水族館で楽しい思い出がたくさんできました。

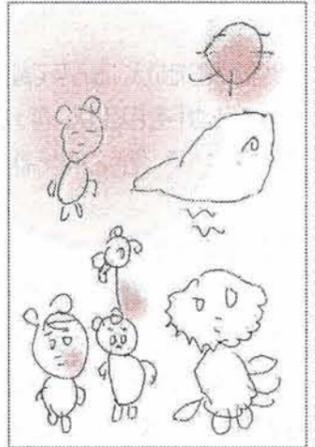
### 8月

★しょう子さんのお誕生会

大好きなハンバーグやフライドチキンの夕食の後、ケーキよりシュークリームがお好きとのことで、シュークリームにろうそくを立ててお祝いしました♪♪このところ誕生日のお祝いは夜外食がおきまりでしたが今回はいつもの食卓で、気兼ねなく好きなものばかりをじっくり食べそんな特別な時間をみんなで過ごしました。主役のしょう子さんは、緑のワンピース姿が本当にかわいらしかった！

★まさ子さんの絵『2009』

きりん館のリビングには入居者のみなさんの絵がかざってあります。何年も取り替えないですっかりなじんでしまいましたがどれもすてきです。このたび新バージョンで雅子さんが絵を描いてくださいました。8人の美男美女がならんでいる絵です！きりん館にいらした方はぜひご覧になってみてくださいね。



## きりり館

★楽しい予定

7月は生活館・ゆいまーるのバス旅行がありました。メンバーのみなさんは当日が待ち遠しい様子で「温泉入ります。」「かばんと服はもう用意してあります。」など、きりり館でも意気込みを語られていました。また、帰ってからは、お土産話が弾みました。ゆうじさんはボランティアで参加された方々との出会いがうれしかったそうです。楽しい予定を心待ちにする気持ちで普段の生活も明るくなるようです。

★グループホームメンバーで初カラオケ

生活館・ゆいまーるの夏期休暇の初日に、初めてグループホームのイベントとして希望者でカラオケに行きました。自由レクでカラオケを選択されている方にとっては同じ場所・時間割で、慣れたものです。

木村さん、井上さんも参加して、メンバー同士よく笑い仲良く盛り上がりました。



# あれやこれや7月・8月

暑い暑いと言いながらも、朝・夕はさらりと涼しく今年の夏は過ごしやすいようです。

7月は大イベントの恒例バス旅行を、8月には夏休みを無事に終えて、みんなが顔をそろえて下半期を迎えられることを嬉しく思います。

## 7/11・8/19 風姫さんのダンスワークショップ

このワークショップは、メンバーのみんなも、スタッフも、親愛をこめて「風姫さんの日」と呼び、月に一度、水曜日の午後に行われています。ご存知のかたも多く、云わずと知れたところでしょうが、「風姫さん」はCESの理事であって、西東京アクターズスクールの主催者であって、ダンサーです。つまりこの日は、身体をつかって表現をする時間。お昼ごはんを食べた後に、メンバー達は自分の好きな曲が入ったCDを持ち寄り、天神会館に集まります。

部屋は2階の畳敷き。風通しもよく日当たりもよいので、風姫さんの「ここは海の家みたいだね〜」と言うセリフで、始まりはストレッチから。もんだり、さすったり、伸ばしたり。身体の部分部分を丁寧に感じながら行われ、そしてピアノの調べでヒートダウン。

ピアノの音がやみ「ゆっくり起きて」の合図で目を覚まし、右に左に揺れた後は順番にCDが掛けられ、CDの持ち主は部屋の中心で、その時の主人公となり、リーダーとなり、身体をつかって表現しなくてはなりません。振り付けという型はないので、その時に思った動きを身体にうつしてゆく作業。

ひとりで踊りたい人、みんなで踊りたい人、思わず一緒に踊ってしまう人、大きく動く人、小さく動く人、揺れる人、跳ぶ人、うたう人。表現は色々。寝ながら動きたい人、座っていたい人、音楽を聴いていたい人、踊っている人を見ていたい人、その時の気持ちも色々。

表現が終わって、風姫さんから掛かるアドバイスや賛美の声にか顔がほころびます。

## 7/3 全体ミーティング

この回は、大切な議題がふたつありました。一つ目は、旅行前ということで、旅行での行程や部屋割りの発表がありました。メンバー達は、誰と一緒になのか、何処で何に乗るのかワクワクしながら質問と提案。

ふたつ目は、「ゆいまーる」の職員の福田さんから今後の休日出勤手当の説明がありました。

今までも、「ゆいまーる」では土曜日のお店番に出勤したメンバーには手当か振替休日を取るかを選んでもらっていました。

今後は、土曜日、日曜日、祝日におこなわれる工房での作業についても、出勤のお願いをする場合があること。その場合には、手当か振替休日を取るかを選んでもらうことになりました。

学園祭や、お祭りの出店など、今後イベント参加が増えて行く予定です。メンバーの皆さん、よろしくお願いしますね!

## 7/10・8/21 選択カルチャー

仕事をしている場所から移動して、講師の方々に習う時間は、普段とは少しちがう時間。

先日、タイコの講師の佐々木薫さんが「今、みんな当たり前セッションをしているけれど、最初はどうなることかと思うほどだった。凄く上手になった。」と言って、記録ビデオを撮ってこなかったことを悔やまれているのが印象的でした。

これからも、タイコも、ダンスも、美術も、体操も、上達や変化をしてゆくメンバー達に、講師の皆さんも楽しみしているのではないのでしょうか。

## 7/24・8/28 自由レク

カラオケ、ボーリング、プールの3つから、3ヵ月ごとに希望をとっておこなわれる自由レク。今回は7月に新たに希望をとり直しました。

メンバーのみんなは、月に一度のこの日を、本当に楽しみにしています。

前日の帰りのミーティングでは自由レクの話で持ちきり状態。そして、当日の午前中はついつい浮き足がたってしまうのがわかります。何を歌う、何を食べる、どの様に行くか・・・などなど。

終わったら終わって、次回歌う曲は何にしよう、はたまた3ヶ月先の自由レクは何にしようかと考えている人もいて・・・。

おかげで、職員としては、自由レクあってのお仕事と、がんばってもらっちゃっています。