

# 2012年 ドリームごよみ 1月

高次脳機能障がい者活動センター調布ドリーム



新年あけましておめでとうございます。

昨年 4 月に当事業所調布ドリームを開所して以来、トレーニーの皆さんには、リハビリプログラムが週 5 日になりグッズメイクやパソコンも入り、新しい仲間も増えました。そしてコミュニケーションが生まれトレーニー主体が活きています。多くのリハビリ講師の皆さんにはいつも感謝です。職員達も一生懸命頑張っています。開所以来毎月続けているチャリティーバザー「私たちは3.11 東日本大震災を忘れない!」では、地域の皆様が色々な品物や畑で採れた野菜など届けてくださいました。また買いに来てくださるお客様も増えております。東北に向けてささやかな応援ですが、地域の皆様のご協力のもとにこれからも続けていきたいと思っています。

今年もどうぞよろしくお願いいいたします。(ちずさん/職員)

## 1月の予定 (都合により変更もあります) ボランティア募集中

日	月	火	水	木	金	土
			4 新年顔合わせ (午後休み)	5 料理 MT パソコン	6 料理の買物 卓球	7 料理教室
8 休日	9 祭日	10 ゲーム カラオケ	11 グッズメイク 音楽	12 バザーSST パソコン	13 バザー準備 卓球	14 チャリティー バザー
15 休日	16 休み	17 認知リハ 運営委員会	18 グッズメイク 音楽	19 実行委員会 パソコン	20 工作 卓球	21 絵手紙 映画「チノの時間」
22 休日	23 休み	24 SST(さん) ドリーム大作戦	25 認知リハ 編物教室	26 ゲーム パソコン	27 防災訓練 (午後休み)	28 絵を描こう 講演会(たづくり)
29 休日	30 休み	31 料理 MT 頭の体操 ジャズピアノ	火曜日～土曜日 10:00～15:00 10:00 ラジオ体操 MT ミーティング、 SST 社会技能訓練			

## 12月のご報告

### 【第34回調布市福祉まつり】

12月3日、調布市の福祉まつりが行われました。私は、福祉まつりは初めての参加でした。午前中はあいにくの雨でしたので、来場者の方が少なかったですが、その分、かえて他の参加団体の方々とふれあうことができ、とても楽しかったです。(いしちゃん/職員)

雨の中の搬入からやりましたが、寒いし濡れるし本当に大変でした。その中で搬入手伝ってくれた方々ありがとうございました。朝から雨が降る中でたくさん売り上げることができたのはトレイニー、ボランティアの皆さんのおかげです。ありがとうございました。僕は初めての参加でしたが、出店とか大好きなたちなので、すごい楽しかったです。(こうへい/職員)

雨だったけど、自分がレースやってるときと同じで、気持ちを切り替えなければ勝負にならないと思って、そうするようにしました。おしるこの後半の係をやり

ましたが、他にもやってくれる人もいて、自分は役に立ったのかな?とも思います。今回は雨の中、コンスタントに140食以上売れて良かったです。もともとの準備が良かったからではないかと思います。(こうちゃん/トレイニー)

12月3日(土)、雨の中、調布市役所前広場で行われました。'ドリーム'ではコーラス、おしる粉・クリスマスグッズ販売で参加しました。コーラスはルナさんのご指導のもと、日頃の成果を市民の皆様にお聞き頂き、本当によかったと思います。おしる粉販売では、お餅の焼き加減や鍋が焦げつかないように気をつけていました。また笑顔で「おしる粉いかがですか!」と大きな声を出して、お客様も「美味しい!美味しい!」と食べていました。仕込みも大変だったと思います。

私はクリスマスグッズ販売のお手伝いをしました。ルナさんの「グッズ作り」で、皆さんが苦心しながら布に綿を入れたり、厚紙に布を糊付したものがクリスマスリース・ツリー・飾りとなり店先に並び、お客様

が買っていく - この一連を見ることができ本当に嬉しく思いました。また、よう子さんと出張販売にも行き、他店の方々とも意見交換しお買い上げ頂いたり楽しい時間を過ごさせて頂きました。

私は初めての参加でしたが、皆さんの色々な形の取り組みを見て感心しました。これからも色々な活動を通して皆さんがいきいきと過ごしていけるとよいと思います。また、いつも一緒に活動し見守って頂いている職員さん、ボランティアさん、ご家族の方々に感謝いたします。(りきママさん/家族)



### 【カラオケ】

調布ドリームでは第1火曜日の午後にはカラオケを行っています。最初は歌えなかったけど、だんだん歌えるようになったという方もあり、カラオケはみなさんにとって楽しい時間になっているようです。みな



さんがカラオケの時におっしゃった言葉で、印象に残った言葉を紹介しますね。

「リハビリって、楽しいことがいいですよネ」「自分で好きな曲を入力できるようになった」「画面を見て、遅れないように歌えた」「リズムもバッチリ」「昔の歌も楽しい」「AKB48はイイヨ、会いたかった～YES!」「英語の歌はまかせて下さい」「クラシックがいいです」などなど・・・。

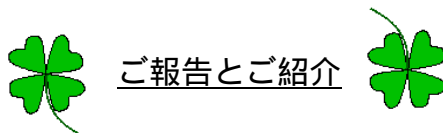
これからもみんな、楽しい歌を聴かせてくださいネ。(さんちゃん/職員)

12月6日ドリームでのカラオケに初めて参加しました。とても楽しかったです。元々唄う事は好きだったのですが、病気(脳卒中)の後遺症なのか大きな声が出辛くなり、カツゼツも悪くなるし、言葉も遅くなったと、自分でも感じるようになって、しばらく、唄う事から離れていました。逃げていたという方が当てはまるかもしれません。



しかし最近になって、一人で三鷹や吉祥寺のカラオケ屋に行っ一人カラオケをやるようになり(最近流行っているそうです)好きな「吉田拓郎」を唄いまくるなんてことをやっているうちに大きな声がだんだん出るようになり唄う事が楽しくなりました。余談ですが、近年、通信カラオケの普及により、曲数が増え、今まで、昭和のいわゆる歌謡曲中心だったものが、フォークソングなどのジャンルでも、唄いたい曲が増えました。例えば、今までは、「吉田拓郎」でもせいぜい「結婚しようよ」ぐらいとか、それが、ファンじゃないと知らないようなマニアックな曲まであります。私は専門家ではないので、よく分かりませんが、カラオケはリハビリになると思います。画面に映った歌詞を読んで伴奏に合わせて、声に出して唄う事は、脳の活性化になるのではないかと...

元々、カラオケなんていうものは、飲み会の二次会で行くことが多く、自分も周りの人も酔っぱらっているので、周りの人も、「ウォー」とか「イエー」とか盛り上がり、唄なんて適当に唄っても関係ないし、何を唄っても、許されちゃうところがあるんですネ。でも、ドリームでのカラオケは、お酒は飲まない、みんなシラフ、それでも、結構、緊張してたんですよ。しかし、いきなり、職員のまっちゃんが「私の彼は左きき」を唄って(しかも上手い!)から私の中で、魂のゴングが鳴りました!それから、もうひとつの効果:「空気を読む」、周りのメンバーの空気を読まず自己満足で選曲してしまうと、周りはシラケてしまう。その辺、周りのメンバーの好みを伺って選曲するのも大事ですね。これでも新入社員時代は、上司の年代も考えて、演歌なんか唄ったんですよ。とにかく、カラオケは、リハビリになる!これからも、積極的に参加しようと思っています。(ひじちゃん/トレーニー)



ご報告とご紹介

**ボランティア・ご見学など**

ボランティア開始: 10日(土) Aさん。 17日(土) Mさん2人(お母さんと息子さん、所沢市)。 24日(土) Hさん(府中市)。

ご見学: 14日(水) Tさん(稲城市)とSさん(マルシェ稲城SW)。 15日(木) Tさん(生活サポートすばるST)。 20日(火) Iさん(生活サポートすばる生活支援員)。





### 東日本大震災チャリティバザーのご報告

12月10日のチャリティバザーは、地域のA様よりタオルセットと靴を、加藤様から特大採り立て大根15本を届けて頂きました。トレイニーのがんばりもあって、13,160円の売り上げがありました。収益金は、全額「NPO 法人いわて脳外傷友の会イーハトープ」へ送り被災地の方々に届けられます。

### ご寄付ありがとうございました

交通事故弁護士全国ネットワーク様、久野一男様、匿名様よりご寄付を頂きました。

### 【ご寄付のお振込先 郵便局 00180-9-651828 「調布ドリーム」】

通信欄に「寄付」と明記のうえ、ご氏名、ご住所、お電話番号をご記入下さい。追って領収書を送らせて頂きます。またドリームごよみにお名前を掲載させていただきますので、匿名ご希望の方は通信欄にご記入願います。

### 東京都の高次脳機能障害専用電話のご紹介

東京都心身障害者福祉センター

電話： 03-3200-0077

月～金 9時～12時、13時～16時（祝日・年末年始を除く）

とうきょう高次脳機能障害インフォメーション

<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/shinsho/kojino/index.html>

### 調布ドリームご利用ガイド

- \* 活動日：週5日（火～土）10時～15時。送迎なし。昼食は各自持参。
- \* プログラム：卓球、音楽、認知リハ、絵手紙、料理、編物、絵画、グッズメイク、パソコン、ゲーム、SST、工作、ドリーム・ラボ、カラオケ、頭の体操、チャリティーバザー、ジャズピアノ、映画鑑賞、地域イベント参加、ドリームサロン開催 etc.
- \* 職員：施設長1名、サービス管理責任者1名、支援員3名。
- \* リハビリ講師：15名、家族ボランティア・一般ボランティア数名。
- \* 定員：20名 ご利用には障害福祉サービス受給者証が必要です。（お住まいの各区市障害福祉課に申請）
- \* 障害者手帳がなくても高次脳機能障害の医師の診断書がとれる方、また介護保険の第2号被保険者（40～65才未満）の方もご利用可能です。
- \* 利用料は障害者自立支援法の規定に基づきます。所得により月額負担上限額があります。
- \* 随時ご相談を受け付けます。まずは見学にお出でください。不明な点は、その際にご相談ください。

調布ドリームでは、みんなが呼称を申告し、対等で打ち解けやすい呼び方を取り入れています

<<編集後記>> このお正月、はじめて箱根駅伝をナマで見ました。京急蒲田の踏切を、ものすごい速さで駆け抜ける選手たち。歓声のなかで自分との戦いをしているんだな～と思いました。（まっ）

「ドリームごよみ1月」2012年1月7日 発行

NPO法人高次脳機能障がい者活動センター調布ドリーム <http://www.chofudream.com>

（〒182-0036 調布市飛田給2-22-7 TBKビル1階、京王線「飛田給」駅南口徒歩1分）

TEL/FAX: 042-444-3068 E-mail: [info@chofudream.com](mailto:info@chofudream.com) 代表 吉岡千鶴子

