



2012年 ドリームごよみ 5月

高次脳機能障がい者活動センター調布ドリーム



第16回ボランティアまつり染地に参加します！

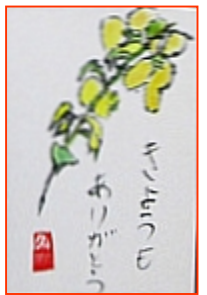
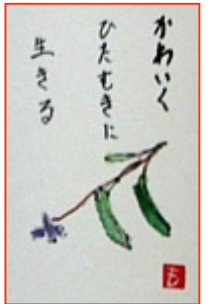
5月13日(日)に行われる「第16回ボランティアまつり」にドリームも参加します。

いつも大人気の「ドリームあんみつ」をはじめ、グッズメイクや編物の時間に作った手作り品の販売や、練習を重ねた合唱の発表などを行います。

ぜひ ぜひ お越し下さい！

時間: 10:00 ~ 15:00

場所: 染地地域福祉センター
(調布駅南口よりバス)



5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
		1 SST(さん) カラオケ	2 グッズメイク 音楽	3 祭日	4 卓球 親睦 MT	5 祭日
6 休日	7 休み	8 大正琴 運営委員会	9 グッズメイク 音楽	10 染地まつり準備 パソコン	11 バザー準備 卓球	12 チャリティー バザー
13 染地センター ボランティア まつり	14 休み	15 休み (振替休日)	16 編物教室 音楽	17 パソコン 認知リハ	18 犬クッキー試作 卓球	19 絵手紙 映画上映 「フリーウィー」
20 休日	21 休み	22 クッキー試作 ジャズピアノ	23 グッズメイク 音楽	24 パソコン 認知リハ	25 料理 MT 卓球	26 午前は休み 総会
27 休日	28 休み	29 料理 MT 頭の体操	30 グッズメイク 音楽	31 SST(麦) パソコン	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	



【ステーキの「けん」に行きました】

26日はあいにくの雨で、予定していたバーベキューをすることができませんでした。せっかくみんなも楽しみにしていたのに残念でした。しかし、中止になった時のことをみんなで話し合っ、味の素スタジアムの近くにある「ステーキけん」で、食事会をしようとなり、行ってきました。

セルフで自分の食べたい物を持ってきているみんなの姿を見ているのが楽しかったです。そんなことから、みんなの嫌いな食べ物・好きな食べ物の話になり、盛り上がりました。意外と、嫌いな食べ物はみんなあるんですね！いつもの昼食は活動センターでお弁当を食べているので、なんだかみんなでレストランにいることが新鮮で楽しかったです。バーベキューは出来なかったけれども、いい食事会でした。

こつつんが計算しながらお金を集め、会計をしてくれました。何度も「これでいいのか？あっているか？」と言いながら頑張ってくれていました。会計係お疲れさまです。こつつんが会計係をしてくれ、くにちゃんも助かったのではないのでしょうか！？（こうすけ）



トレーニーのコメント

一番初めに自分で取りに行ったカレーの量が多すぎて、食べるのがきつかった。でも、「けん」に行く前にみんなでマナーの話をして、食べ放題では食べ物を残すことは良くないことだと言っていたので、残さないように無理やり食べました。でも、美味しかったです。その中でもちずさんが分けてくれた、チーズ・イン・ハンバーグが美味しかったです（ヨーク）/ 11時に行ったから、お店が空いて良かった。カレーのお肉をいっぱいとれたから満足しました（こうちゃん）/ カットステーキセットを食べたが、

美味しかったです。セットのカレーも美味しかったです。食べ過ぎた。（くのちゃん）/ チーズ・イン・ハンバーグが美味しかったです。そして、みんなと一緒に食べれたのが嬉しかったです。（こつつん）/ 普段、レストランなどに来る時は家族で来るので、おかわりさせてもらえないけど、今日はみんなと来たからおかわり自由でいっぱい食べて、お腹いっぱいです。久しぶりに自分の意思のままに食べられました。（ひじちゃん）



【大正琴】

今年の1月に調布ドリームにバザー用品をお持ち致しました折、ボランティア募集のはり紙が目に入りました。高次脳機能障害の方にとって、大正琴を弾くことが、音が出てリズムがとれるので、楽しみながらリハビリになるのではないかと思い、申し出ました。

女性の方に指導すると思いこんでいた私は、当日男性ばかりなので、今日は特別男性の方が集まる日だったのだと思い稽古をスタート致しました。次の月も男性群でしたので、思いがけず、男性グループに大正琴をお教えることになったのだと気付きました。一生懸命お教えしながら。はたして、私はこの人達を大正琴が弾けるように導くことが出来るのかしらと不安もよぎりましたが、ともかく気持ちを込めて精一杯やってみようかと心を決めました。三回目にあたる四月も同じ顔ぶれがそろっていました。みんな来て下さったのだなあ嬉しく思いました。



ゴツゴツした手で、たどたどしくも一生懸命大正琴を弾くべく努力を

しているメンバーを見ながら、あせらず一步一步積み重ねていけば、きっと演奏が出来るようになるかと確信いたしました。一人一人に内在しているキラキラした長所を見出してしていこうと思いました。少ない楽器を譲り合いながら使用し、大正琴は両手を使いますので、右手の動かない方の為に他の人が右手役をし、二人で一人になって心を合わせて弾く方法もあることに気づき、感動致しました。

三回目にして童謡の「蝶々」をおぼつかないながらも合奏できました時、やれば出来るじゃないのと嬉しく思いました。継続は力なりで、いつか調布ドリームのメンバーと、調布文化祭に出演出来たら楽しいだろうなあと夢んでいます。これが私のドリームです。(車屋さん/コーチ)



大正琴の演奏会を聴いたトレーニーのコメント：良かった。ベース(低音)の音が特に良かった。歌も、コーラスがみんなそろっていて、よかった。(こつつん) / 大正琴は、初めて聴きました。四人であんな風に弾いて重なるなんて初めて知った。すごく良かった。次の機会にもぜひ参加してほしい。(くのち

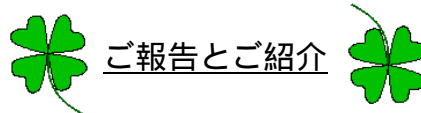
ちゃん) / 良かったあ。「見上げてごらん夜の星を」で、涙、出てきた。自分に向かって歌ってくれているのかと(ヨーク) / もう、ステキとしか言いようがない。音色がいいわ。でも自分が参加してないとつまらないから、一緒に歌えたのも良かったわ。(きっちゃん)

【新しいオープンが入りました】

赤い羽根共同募金の助成金を使って、念願の新しいオープンを購入しました。「TOSHIBA ER-JD410A」という型で、二段同時に焼ける優れ物です。菓子職人であるかずさんが「こりゃまた、ずいぶん立派なものを買ったな～充分すぎるよ！」と笑っておられました。

4月にはこの新しいオープンを使って、犬用クッキーを焼きました。これまでのクッキーよりも焼きムラがなく、とても見栄えの良いクッキーが出来ました。

クッキーの試作を何度も重ねて、トレーニーの皆さんもだんだん作業に慣れてきたように思います。また、トレーニーのなかでも役割分担をしたり、助け合ったりして、仲間に気を遣いながら集団で作業を進めることにも慣れてきたように感じました。記憶に自信がないからこそ、身体で憶えるために同じ作業を繰り返すことが大切なんだと実感しました。(まっちゃん/職員)



新しい卓球コーチの紹介

今年4月から、毎週金曜日の卓球でコーチを務めることになった余田雅美(よでんまさみ)です。「まさみちゃん」と気軽に呼んでください。

私と卓球との出会いは30年以上前のこと。その後、勉強そっこのけで夢中になり、社会人になってからもずっと趣味で続けているわけですが、その卓球がリハビリに役立つというのを知り、少しでもお役にたてれば……という思いで、調布ドリームの活動に参加させていただいた次第です。

卓球は、実はボクシングと同じくらいの運動量を必要とするといわれています。もちろん、プロスポーツの上での話ですがね(笑)。でも、ボールを打つためには手や足、目など体のあらゆる部分を使うので、楽しくボールを打っているだけで効果的な全身運動になるといわれています。ラリーを長く続けたい、新しい技術を覚えてみたい、カッコいいフォームで打ちたいなど、一人ひとりの要望にあったコーチングができればいいなと思っています。これからどうぞよろしくお願いたします。(まさみちゃん/コーチ)

ボランティア・ご見学など

ボランティア開始： 12日 さとちゃん（認知リハ・コーチ）

ご見学： 10日 やす君、けいちゃん、お父様（町田市） 27日 高橋さん（生活支援ネット） 28日 Mさんと息子さん（国立市）



東日本大震災チャリティバザーのご報告

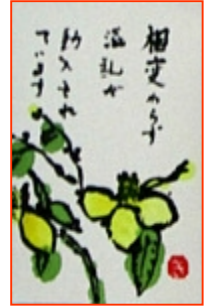
4月14日に飛田給の活動センターにおいてチャリティーバザーを行いました。新しい年度になって気合いも入り、11,150円の売り上げがありました。ありがとうございました。振込手数料を除く全額を「NPO法人いわて脳外傷友の会イーハトープ」へお送りしました。

ご寄付ありがとうございます

4月は、松崎税理士様、匿名様2名よりご寄付を頂きました。ありがとうございました。

【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頂きますので、匿名ご希望の場合は、その旨も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、料理、編物、絵画、ドリーム・ラボ、SST、工作、絵手紙、ゲーム、カラオケ、グッズメイク、頭の体操、チャリティーバザー、ジャズピアノ、映画鑑賞、パソコン、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 ご利用には受給者証が必要です。受給者証はお住まいの各区市の障害福祉課に申請。
- * 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>> 今号もいかがでしたか？さて、次号からはなんとプロの編集者さんが

「こよみ」作成を手伝ってくれることになりました。リニューアルとなる次号もお楽しみに。（まっ）

「ドリームごよみ5月」2012年5月6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 代表 吉岡千鶴子

