



# 2011年 ドリームごよみ 3月

NPO高次脳機能障がい者活動センター調布ドリーム

2011.4.3(日)発行

| 日   | 月   | 火  | 水                             | 木   | 金   | 土  |
|---|---|--|-------------------------------|---|---|--|
| [活動日と時間]<br>火・金・日曜日 午前10:00～12:00<br>午後13:00～15:00<br><br>[メモ]<br>MT ミーティングの略<br>活セン 活動センターの略 |   | 1<br><b>ゲーム</b><br>(ガッツ・トランプ)<br><b>編物教室</b><br>(アクリル毛糸タワシ)<br>[活動センター]                      | 2                             | 3<br>ボラ祭<br>委員会<br>みほ                           | 4<br><b>認知リハ</b><br>(最近のニュース等)<br><b>工作</b><br>(蒲鉾板を使った作品作り)<br>[活動センター]                                    | 5  |
| 6<br><b>第111回定例会</b><br>2月の運営 事業所オープン<br>について 2月ごよみ読み合せ<br>終了後:トレニー・サロンMT、家族・MT<br>[活動センター]   | 7<br>電話、pc<br>プリンター購入<br>くに・ちず<br><br>社協助成金<br>補正pc送信 | 8<br><b>一泊旅行・湯西川温泉</b><br>(栃木県日光市)<br>ホテル平家本陣泊<br>参加者:トレ7人、家5人、ボラ3人                          | 9                             | 10<br>市職員<br>と面談<br>ひで・ちず<br><br>ごよみ印刷<br>くに・きみ | 11<br><b>サロン&amp;料理MT</b><br><b>絵手紙</b><br>(花・旅行参加者はかまくら)<br>終り頃に <b>東北関東大震災</b><br>[活動センター]                | 12   |
| 13<br>東北関東大震災のため<br><b>第14回ドリームサロン<br/>中止</b><br>西部地域センター4月分予約 けいこ                            | 14  | 15<br>東北関東大震災のため<br><b>休日</b><br><br>パソコン・プリンター届く [活セン]                                      | 16                            | 17<br>事業所<br>打合せ<br>くに・ちず<br>くに宅                | 18<br>東北関東大震災のため<br><b>休日</b><br>午後の卓球は自由参加<br>[西調布体育館]<br>NTTの電話工事 [活セン]                                   | 19<br>染地祭委<br>員会たけ<br>富士見祭<br>委員会<br>かず・きつ |
| 20<br>東北関東大震災のため<br><b>料理教室中止</b><br>午後は自由参加、お話と合唱など<br>[活動センター]                              | 21<br>第23回<br>運営<br>委員会<br>1-5時<br>[活セン]              | 22 職員予定者会議<br><b>認知リハ</b><br>(都道府県あてと県庁所在地など)<br><b>音楽</b><br>(チムチムチェリー、お祭マンボ、花)<br>[活動センター] | 23<br>資金班<br>チラシ<br>印刷<br>けいこ | 24  | 25 10時ラジオ体操開始<br><b>朝のMT</b> [活セン]<br>(自己紹介・しりとりゲーム)<br><b>卓球</b> (一人一言・<br>コーチ指導1人5分間・ラリー・ゲーム)<br>[西調布体育館] | 26   |
| 27<br><b>絵を描こう</b> (自画像)<br><b>SST</b> (一分間スピーチ&ローブレ)<br>[活動センター]                             | 28  | 29<br><b>ラボ</b> (ダンス・手遊び・カード)<br><b>音楽</b> (お祭マンボ、花)<br>[活動センター]                             | 30<br>資金班チ<br>ラ印刷<br>けいこ      | 31  |   |  |

## <代表のちずちゃん>

東日本大震災の被災地の皆様に心からお見舞い申し上げます。一日も早い復興をお祈りしております。

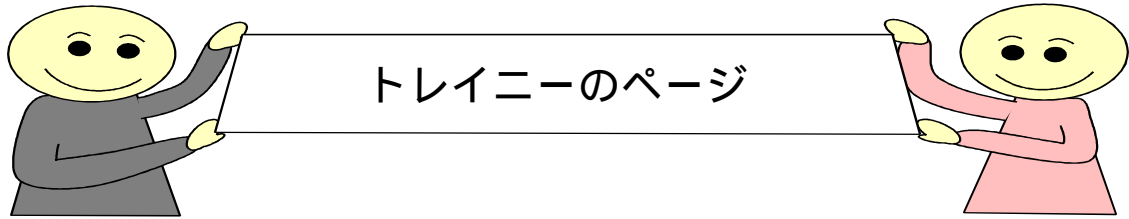
11日大震災当日は、絵手紙の時間で大きな揺れに動揺しましたが、特に被害もなく全員無事に帰宅できました。就職していたトレイニー達も何時間も歩いて無事に帰宅したそうです。13日のドリームサロンから20日の料理教室まで余震も続くため活動を自粛致しました。ドリームでも出来る事が無いかと皆で考え、4月からはチャリティバザーを毎月開く事に致しました。また脳外傷友の会JTBAメール通信で、岩手のイーハトーブの救援活動を知り、当会でもタオル・下着・靴下等を集めて送ることに決めたとこです。テレビの被災地の報道に心を痛め、その後も余震や原発事故や計画停電の続く中、ドリームは明日からいよいよ事業所オープンです。これからもコーチの皆さんの献身的なご協力を頂きつつ、トレイニー・職員・ボランティアがひとつになり、トレイニー主体の元気な活動センターにしていきたいと思います！

吉岡 千鶴子

## <その他の記録>

- 1日(火) 調布市障害者計画策定のヒアリング 於・調布消防署 (調布市職員1、業務担当者1、委員1・ちず)
- 11日(金) 川崎市職員K氏によるケアカンファレンス 於・活セン(百合丘活動センターF氏・やん・やんママ・ちず)
- 21日(月) ボランティア:テノリュウ吉岡周平氏(HP & 新規パソコン&プリンターの配線と初期設定など)  
M税理士に法人の各種規則と会計等相談 於M会計事務所 (くに・やんママ・ちず)
- 22日(火) 事業所職員顔合せ:4月予定確認等々打合せ(いし・こうすけ・さん・まっ・ムーラン・くに・ちず)
- 23日(水) 東京都委託機関NPO人材開発機構E氏に事業所利用契約書等の相談 於・活セン(くに・さん・ちず)
- 27日(日) 見学者:K.K.さん(調布市:脳出血)と K.Y.(奥さん)
- 31日(木) ボランティア:村上俊明氏(新規パソコンアドレス設定と追加パソコン2台の初期設定など)

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



<とよくん> インタビュアー妻

旅行は楽しかった。上河内サービスエリアはうちの会社がやった。

50代 男性

<やんくん>

今月、11日に東日本巨大地震が起こり、しばらく一般の交通機関がマヒしました。帰宅難民まで出てしまい会社に泊まる人も出たようです。ドリームサロンや料理教室まで中止になりました。12日に僕が通っている、VIVIDさんのミニデイサービスは、オレンジクラブは中止になりましたが、朗読劇の練習は行われました。やはり、参加人数は少なかったです。26日の朗読劇(あらしの夜に)の本番とはなまるアルバムは大盛況でした。もし、関東地方に直下型の地震が再び起こったらどうなるのでしょうかね!?(@\_@;) 20代 男性

<きっちゃん>

今月は湯西川温泉へ行って大変楽しく過ごす事が出来ました。でも帰って間もなく、大変な出来事に遭遇してしまいました。自然災害というには、あまりにひどい状態でした。原子力発電の危険性をも思い知らされる事にもなりました。今さらながら、人間なんて、ちっぽけな物この自然の中で、おどおど、ドキドキ、あたふたしているだけです。それでも、負けないで生きて行かなくては、人間なんて生き残っては行けないんです。

60代 女性

<やまちゃん>

東日本巨大地震で大変なさなか、高次脳機能障がい活動センター調布ドリームは、いよいよ新たな出発を迎えようとしています。今度の震災では、なかなか連絡が取れなかった親戚の安否確認や、母が居る実家の屋根が壊れたり、勤め先の老人ホームでも計画停電のさなか病院から退院される方が一遍に増え、いろいろな対応に忙しく毎日が精一杯。調布ドリームにも行けない日が続きました。利用者班の私は、出来るだけ調布ドリームの紹介パンフレットを持って病院や友人、地域包括センターや集会所など訪ね、お願いするようにしています。すでに置いて頂いている所は再度お願いをして来ました。今回の大地震は、私の中でまだ混乱している最中です。

60代 女性

<ひろくん>

ごよみ原稿打ちのお仕事は、楽しかったです。ありがとうございました。打つだけはなんとか出来たのですが、送信や訂正などやはりともちゃんが必要です。最後なのが淋しいですが、また頑張りますので、機会がありましたら宜しくお願い致します。

40代 男性

<マヒちゃん>

3月11日(金)に発生した東北地方太平洋沖地震の時、私は会社において、立って居られないほどの凄い揺れを感じました。そして、直ぐさま家族の安否確認をしましたが、なかなか回線が繋がらず、連絡が取れた時にはほっとしました。また、今回の東日本大震災で被災地は復興まで長期化すると思いますので、今後微力ですが出来る範囲で応援していきたいと思います。

40代 男性

<すすむさん>

別れと、出逢いの季節に成りましたが、ごよみも最終回との事と聞き、どう自分の中で上手く結ぶかと思っ  
ていましたら、私の勤めている仕事場の人事課から、新年度の新規契約更新の書類が届きました。契約を結  
ぶと4年目に入りますが、このごよみが印刷されている頃には提出受理されている事と思います。3年間自  
分で振り返ってみて、壊れた脳で全く違う内容の仕事ができたのは、人脈が良かったのも有りましたが、頭  
で考えずに、身体で繰返し繰返し仕事の内容を、覚え込ます事ができたからかな、と職人的考えですが、以  
前の仕事が活かされている様な気がします。

[3/12のドリームメーリングリストから]

私も、昨日の地震の有った時間に、西新宿の職場の東京医大病院の一階に居て、職員が外に出るので一緒に  
出て見たら、前に建っている高層ビルが、ガタガタと音をたてて震えていましたよ、それを目の前にして  
見て、恐怖心を感じました。病院では、非常事態体制を昨日から取っています。交通網は全滅で、歩きで甲  
州街道を真っ直ぐ帰って来ましたが、多くの人々も歩いて家に帰っていましたし、道すがらに、炊き出しを  
してお茶を出したりトイレを使わせてくれる家など親切な家など、たどり着くまでに、4時間かけて、何と  
かたどり着きました。ちょっとした災害体験談報告でした。 50代 男性

<こうちゃん>

焦らずに、確実な行動がしたいです。落ち着いて、思いを書き残し、忘れる苛立ちを少なくしています。そ  
うして無理や焦りを少なくして、新しい社会的な生活を、失敗ないように考えて居ます。 30代 男性

<ようさん>

長い間お世話になり、大変有難うございました。4月より新体制に成りますが、今後共宜しくお願いします。  
50代 男性

<つとむさん>

トレイニーのページにひと言のせたくて今までのページを何回も読みかえしてみた。そこにけいさいされた  
写真をみてなつかしい思い出がいつそう思い出された。 50代 男性

<ミトさん>

年をとるにつれて季節や気候の変化に体調の変化が左右されやすいですが、季節を感じながら生きていくこ  
とは非常にいいことだと思います。もうそろそろ桜の季節ですね。桜と言えば、神代植物公園の神代曙とい  
う桜です。形といい、色といい、ピンクの濃い桜花で、僕が一番好きな桜の木です。桜と言えば咲く期間も  
短く、はかないと形容されることもあるでしょう。桜だけでなく、どんなものにも美しく輝く一瞬があっ  
て、その一瞬を言葉にしてみたり写真に収めることをこれからも楽しみの一つにしていきたいと思っています。  
春の日にふと感じる物悲しさと、秋にふと感じる寂しい思い。よい気候のときに、なんとなく気がふさぐこ  
と。また、いつも心のどこかに悲しみや悩みがあること。誰しもが大なり小なり抱えているんじゃないかな。  
僕は調布からはなれます。またいつか。じゃあね。 30代 男性

<みほさん>

気が付くと、活字に没頭しています。不安を解消するための言葉を探しています。自分の思考や感情を表現  
する言葉を、他人の文章に求めています。我が意を得たりの言葉に遭遇した時は、一点の曇りもない空のよ  
うに晴れやかな心持ちになります。その爽快感と充足感が、自力で立つ足元を支える安定感につながって  
いるようです。近頃は、人との会話が発見と安心感と自信をもたらしてくれると感じています。不安な時ほど  
私と社会とを繋いでくれる言葉に感謝しています。 50代 女性

<マーくん>

3月に、ゆにしかわ温泉に行って、みんなと山の自然やきれいな風景を見たり、ゆけむりかいかんで、おどりを見たり、おいしい食事を食べたり、温泉に入ったり、みんなと楽しくすごせて最高にいい思い出になりました。また今度、ゆにしかわ温泉に行きたいです。 30代 男性

一泊旅行 湯西川温泉 バスの中 ホテルのお店でランチ 温泉の後の夕食 帰りの集合写真



\*\*\*\*\*

**3月のトレイニーの係** 敬称略

[司会]火曜 MT:よう・エミ、日曜定例会:こうきち(くに・ちず)、金曜 MT:きっ・やん・火星、金曜卓球一人一言: マー [ごよみ原稿手書き分打込み]ひろ(とも) [ごよみ原稿督促]やま [会場作り]全員 [運営委員]きっ・よう・こう・なご・みほ・(補・火星・やま) [ボランティアまつり委員会]みほ [富士見つどい委員会]きっ [ドリームサロン担当]やま・きっ

**3月の家族&ボランティアの係** 敬称略

[会計・ごよみ発送等・連絡・料理]やんママ [編み物預り・カラオケ・寄付チラシ印刷]けいこ [調味料箱&物品預り管理・参加者出欠チェック・会計補助]かず [運営委員会の記録]まっ [定例会の記録]タッシー [ごよみ用活動記録]サトママ [外向けごよみ印刷]くに・きみ [印刷用紙調達]けいこ [ごよみ配布:市役所・市議会事務局・教育委員会・調布病院リハ室]けいこ [ごよみ配布:慈恵第三病院]きみ [カメラ]西・けいこ・ちず [ごよみ&月間プログラム作成・相談電話対応]ちず [西調布体育館PC予約&予約督促]ちず&西 [ドリームサロンちらし]エイ子 [ドリームサロン担当]西・たけ [染地まつり実行委員会]たけ [富士見つどい委員会]かず [運営委員]けいこ・かず・やんママ・くに・ちず・西・たけ・まっ [事務局]くに・やんママ・ちず

**3月の参加者** 敬称略(出席回数の多い順 記入なしは1回 見学者は含まず) {総数 47名}

トレイニー: きっ 13・とよ 12・こう 12・マー 9・なお 7・サトシン 6・やん 6・エミ 6・火星 5・よう 4・やま 4・こうきち 4・なご 4・みほ 3・がくじん 2・マヒ (16名)

コーチ：ムーラン3・ルナ2・みね2・モッチー2・しょう・ようこ・むぎ・みかん・みや・よう・  
ベア・純・エイ子 (13名)

ボランティア：西7・たけ7・きみ5・チャコ3・タッシー2・まっ2 (6名)

家族：けいこ18・ちず17・かず13・くに13・やんママ10・サトママ8・なおママ8・やんパパ2・  
がくじんママ2・かわ・マーニイ・マー母 (12名)

3/6(日) 第111回定例会記録 出席者 28名(トレ14、家10、ボラ4) 10:00~15:00 活動センター  
合同定例会 司会：こうきち・くに・ちず 記録：タッシー

3月の運営： 係の変更はなし 編物や物品等家族が預かっていたものは活センの倉庫に保管  
19日橋本先生講演会の呼び掛け 20日料理教室はやんママ最後の担当となるので、やんママ・きみちゃん・なごちゃん(トレイニー代表)を中心にみんなで盛大に行う 8~9日の一泊旅行：朝7時飛田給から送迎バス出発時間厳守 4/16ボランティアまつり：早朝ボランティア決定 西・たけ ドリーム紹介ポスター(A3)作成提出要 5月、6月のまつりは予定通り 家族会・当事者会：3月は行わない

4月事業所オープンに向けて 受給者証交付手続きを急ぐ 5/28(土)事業所オープン記念講演会：講師・谷諭氏(慈恵医大脳神経外科教授)・会場を近くの鹿島建設会議室借用を依頼する・ヤマト財団助成金を申請中、当落通知は3月末

その他検討議題 エアホッケー：側板の工夫 手芸：縫い物は難しいがビーズや紐細工もある(昼食休憩) 11:45 ~ 12:45  2月ごよみ読み合せ

定例会終了後、トレ&ボラ：サロンMT(サロン当日の担当を決める) 家族：家族MT

3/21(月)第23回運営委員会記録 於 活動センター pm1:00~5:00 司会・ちず 記録：まっ

トレ：きっ・よう・なご・こう・みほ 家族：かず・けいこ・やんママ・くに・ちず ボラ：西・たけ・まっ 配布資料：検討議題・4月予定表・資金班チラシ

4月予定表の確認と運営について 電話番号 042-444-3068 新プログラム：出前映画、エアホッケー、カラオケ、チャリティバザー(被災地に)、ジャズピアノ(なご) 利用者時間 10時~15時 毎朝10時にラジオ体操(PCにセット まっ) 4/2、5、7の朝のMTに料理MTも入れる 8日・午前料理の買物、午後は西調布体育館に移動 今迄の定例会「家族会」「当事者会」になる 料理教室染地地域センター 西部地域センターに変わる 16日ボラまつりは計画停電で中止の可能性ある(3/31 決定予定)

運営委員会：リハプログラムの一環とし、職員・トレイニー・ボランティア(家族もボランティアになる) 討議内容をメーリングリストで流す 4月は絵のコーチ不在で行なう ごよみは4月から職員に移管 4月からの職員配置 勤務時間9時~17時

|     | 常勤         | 非常勤            |
|-----|------------|----------------|
| 火曜日 | いしちゃん+こうすけ | さんちゃん + まっちゃん  |
| 水曜日 | いしちゃん+こうすけ | ムーランさん + くにちゃん |
| 木曜日 | いしちゃん+こうすけ | ムーランさん + くにちゃん |
| 金曜日 | いしちゃん+こうすけ | ちずちゃん + くにちゃん  |
| 土曜日 | いしちゃん+こうすけ | さんちゃん + ちずちゃん  |

事業所の取り組みについて 経過報告(くに)：職員給与計算や利用者料金の計算等(担当くに) 現在参加可能者：市外11名、調布市9名(2名不足) 社協助成金を申請中4/23にプレゼンあり トイレタオルはひとまず無しで4月から職員判断にまかせる  みっちゃんの経過報告(ちず)：随分よくなった、皆さんの見舞いに期待  その他イベント：染地まつり委員会報告(たけ) 富士見ふれあいのつどい委員会報告(かず) NPOの理事会5/14(土)、総会5/22(日)に決定

## ここからコーチとボランティアのページ

<卓球のみねちゃん> 3/18、25

このたびの地震災害による被害を受けられた皆さん心よりお見舞い申し上げます。厳しい避難生活をされている人たちのことを思うと心が痛みます。1日も早い復旧をお祈り申し上げます。もうすぐ4月、新しい年度になります。ドリームも新しい出発ですね。頑張ってください。



荻野 峰子

<音楽のルナさん> 3/22、29

今月は、11日の大震災のため、ドリームサロンは中止になりました。当日は、電話回線の混乱のため、娘達と中々連絡が取れずにハラハラしましたが、程無く無事が確認されホッ！としました。でも、テレビでは電車が止まり徒歩で家路につく人々の長い列が映し出されていたため、ドリームでも仕事に出ている人が居る事を思い、すすむさんは何処だったかしら・・・みほさんは・・・火星ちゃんや山ちゃんは、休みなら良いけど・・・マヒちゃんは確か八王子だったはず・・・メグちゃんは、無理して歩いていなければ良いけど・・・等と心配になりましたが、ちずさんからの「皆大丈夫ヨ！」との言葉に2度目のホッ！しかし、その後スーパーでは、ガランとした棚と薄暗い店内で、セールキッチンハイターを5本6本とカゴに入れる女性を見て、大変だと思ふ気持ちが不安を生み、買い占めなどが起こるのだろうと思ひ、何も無かった私は、せめて平常の生活を心掛ける様注意する事にしました。ドリームサロンは中止になりましたが、来月はボランティアまつりがあります。今迄の曲に「若いってすばらしい」「お祭りマンボ」と、森山直太郎の「はな」が加わりました。「お祭りマンボ」は、どこまでオリジナルのテンポに近付けるか。「はな」は、知らない人も多く、メロディも少々難しいのですが、皆頑張って練習しています。ドリームごよみも今月で最後との事、4月からは新たなドリームのスタートです。音楽も火曜日から水曜日に移動します。午前は手芸・午後は音楽と、水曜日は、



ほとんど1日中居ますので、ぜひ、顔を出して下さい。最後になってしまいました。今回の震災で被害に遭われた方々には、心よりお見舞い申し上げます。

星野 千月

<工作のペアさん> 3/4

活動センターでの初めての工作日でした。みなさんがゆったりとしてらっしゃる感じが伝わってくる場所でした。蒲鉾板を使った工作のイメージ作りをしました。一枚に絵を描く人、立体をめざして下絵を描く人、蒲鉾板にやすりかけをしてくれる人、みなさんの協力で楽しい時間が過ごせました。これからも調布ドリームが、地域のみなさんのドリームになれたらいいですね。ありがとうございます。

あべ あけみ



<絵のようこさん> 3/27

「絵のようこさん」も今月で最後になってしまいました。娘が事故で亡くなってからしばらくしてからドリームに参加しましたので、7年間お世話になったこととなります。わたしには激動の7年間でした。いつももっと勉強しなければと思いつつ、あまりお役にたてないまま過ごしてしまいました。

今回は久しぶりに自画像にしました。年取ると若いころほどは鏡を見なくなったように思いますが、ときどきはじっと自分をみつめて「大好きよ、いつもがんばってるね」といってあげましょう。

とよさんは第一回からほとんど毎回参加してくださいました。ありがとうございました。こうちゃんもながいお付き合いになりましたね。きっちゃんはとてもよく似ていて、美人に仕上がりました。



サトシンさんはドリームに入られてか

らはほぼ毎回、大胆ですばらしい作品を描いてくださいました。ひさしぶりにがくじんにお会いできてうれしかったです。やまちゃんは自画像ではなくて、きっちゃんを描かれましたが、友情がこもっていたように思います。今回見学のk.kさんも、ご夫婦の肖像を描いてくださいました。ご自分を描くときよりも、奥様を描くときのほうがずらりと鉛筆が動いていました、きっと感謝の気持ちで描かれたのでしょう。みなさまこれからも絵を描くことを楽しんでいただければいいなと思います。また来られるときには顔を出しますのでよろしく願います。これからもNPO法人としてのドリームがみんなのよりどころとなって発展していきますようにお祈りしています。

高原 容子

<編物のみやさん> 3/1

「おひな様」が明後日だと言うのに冷たい風が吹き寒い1日でした。春よ来い!! 早く来い!!ですネ。コウちゃん、トヨさん、きっちゃん、サトシン、ヤマちゃん、マー君、会話を楽しみながら、未完成のタワシを完成させる方、新しくタワシ作りをした皆さんでした。ご家族の方は、作業所の掃除、チラシの準備、事務作業とお忙しそうなお中に、活気を感じるドリームさんです。タワシ作りも、サイズは様々ですが、一日一枚出来あがる様になりました。可愛いタワシが増え、販売に期待してしまいます。

茨木 みや

<ゲームの純さん> 3/1

3月1日に「ぞろ目ころがし」をしました。この遊びは、ダイスを二つただ振るだけで、誰にでも簡単にできて、それでいて盛り上がります。ただし、ゆめゆめ現金を賭けたりしないようにね!(笑)まずチップをみんなに同じ枚数ずつ分けておきます。これが元手で、これを一番増やした人の勝ちです。初めにサイコロを振る人を決めます。あとはその人から反時計回りに(右隣へ右隣へと)順番に振っていきます。最初の人振る前に、全員が1チップを場(ポット)に出します。アンティ(寺銭)ですね。そうしたら順に二個のダイスを振っていきます。55とか33のようにぞろ目(二つが同じ目)が出たら、55なら5チップ、33なら3チップをポットから貰います。特に66と11は、ポットのチップ全てがもらえます。ポットのチップがなくなったり足りなくなったら、また全員が1チップずつアンティを出します。ぞろ目以外の目が出た場合は、その小さいほうの目の数だけ、ポットにチップを払います。例えば52なら2チップ、64なら4チップというように。ルールとしてはこれだけです。ぞろ目がなかなかでないと、ポットにチップがどんどんたまっていきます。そんなとき11か66を振れば、どっとチップが入ってきます。

草場 純

<絵手紙のエイ子さん> 3/11

3月の絵手紙は湯西川へのドリーム旅行の2日後。旅行の楽しさが心に残っているところで、旅行に参加した方はその思いを描いてもらいました。残念ながら旅行の写真はなかったのですが、豊さんや西さんはイメージでかまくらを描きました。ほかの方がたは、梅、サザンカの他に、早春を感じる野の花、「仏の座」、「姫おどりこ草」などを描きました。描き終わってから感想を述べ合っているときに、突然ぐらっ！経験したことのない大きなユレが何回も続きました。この地震が未曾有の大災害になるとはその時点で誰が想像できたでしょう。この日の絵手紙は永遠に忘れられないものとなりました。 加藤 エイ子



<認知り八のもっちー> 3/4、3/22

3月の認知り八では、最近気になるニュースについてみなさんに発表して頂きました。いろんなところにアンテナを張っているのがよく確認できました。都道府県あても行いました。県庁所在地まで含めるとなかなか難しかったかと思います。人数の関係で急遽内容を変更したりもありましたが、しっかり取り組めたと思います。余震は収まってきましたが、計画停電等まだまだ不安定な状況です。体調に気を付けて4月からも元気に活動しましょう。 大類 基史



<SSTの麦ちゃん> 3/27

今月のSSTでは、まず最初にウォーミングアップとして「桜」をテーマとする一分間スピーチをしていただきました。皆さんそれぞれ、ご両親と見た夜桜の様子や、仕事で行った桜の植木、故郷でのお花見の記憶などを話してください、さまざまなエピソードを聞くことができました。次に、ディスカッションを行いました。SSTで練習を行うスキルとして、職場や学校などで親しくなりたい人に話しかけたり、会話を続けるというようなものがあります。今回はそのスキルの原点に立ち戻って、「では具体的に自分は誰と仲良くなりたいのか？それはなぜか？そしてどうやって？」というテーマで話をしてもらいました。トレイニーの皆さんに限らず、ボランティアや家族の方も含めて日頃周りの人たちに抱えている気持ちをあらためて確認し、話していただきました。どうやったら仲良くなれるか？というテーマでは、参加者の皆さんから意見をいただき、活発なディスカッションとなりました。 麦倉 泰子



<ラボのムーランさん> 3/29

大震災のニュースを見ながら何もできない無力さをつくづく感じています。それでも人と人とのつながりがあれば何とか乗り越えられるのではないかと考えると、新しく活動センターとして出発する調布



ドリームのもうひとつの役割が見えてくる気がします。いままで 트레이ニーや家族の皆さんが大事に育ててきた活動や雰囲気を引き継ぎながら、より多くの方々に開かれた活動センターとして広がっていくといいですね。

村上 敬子

#### < ボランティアの西やん >

新生ドリーム（NPO 法人格取得）が、いよいよ来月オープンの運びとなりました。そうしたなか、長く続いた「ドリームごよみ」が、3月号をもって、一旦終刊となる事に少し寂しさを感じます。感想文提出は、何年経っても面倒でしたが、配られた「ごよみ」を手にして、ゆっくり読むと、何故かホッとする。トレーニー・家族・コーチの思いを垣間見る事が出来た。それは、お手伝いをする上で大事な情報源でもあったと思う。終刊！一瞬あの面倒臭ささが一つ消えたと思ったが、実は「ごよみ」には、大切な絆が有る様な気がします。

西 勝義

#### < ボランティアのたけさん >

先日恒例の旅行に参加しました。湯西川温泉は2回目ですが、これほど山奥とは思いませんでした。久しぶりの雪化粧に感激。囲炉裏部屋での食事は風情があり良かったですね。大のお風呂好きな、なおさんと入浴し、背中を流してあげると何回も有難う・・・と、喜んで貰えて良かったです。二次会も皆で盛り上がり、本当に楽しい旅行でした。しかし二日後、未曾有の大地震（東日本大震災）が発生。大津波で町並みが一瞬にしてガレキの山と化し、自然の猛威に驚愕するばかりです。更には大震災で福島原発事故による環境汚染が、今後大変心配です。私達も徹底した節電に努め、被災地の早い復興をお祈りします。

宮武 秀行

#### < ボランティアのタッシー >

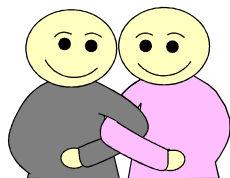
微力ながらおよそ6年間、ボランティアとして参加させて頂きました。その間、沢山の貴重な体験をさせて頂き、また多くのエネルギーを頂戴致しました。本当にありがとうございました。これからはスポット参加になります。改めまして、ドリームが多くの人の手助けとなります事を祈ります。

田代 秀一

#### < ボランティアのまっちゃん >

大震災で、多くの人や街が被害を受けたことに心を痛めています。家族や家や仕事を失った方や障害を負った方には、どんな支援が必要なのか、この調布ドリームで考え続けたいと思っています。

松岡 恵子



## ここから家族のページ

#### < けいこちゃん > とよくんの妻

ドリームが一新されて、職員さんが入ってくだされば家族も楽になるのではと期待しています。とよくんは一番近いので、休まないで参加できるように協力していこうと思っていますが「行かないよ。」ととよくんが言えば連れて行くのも一苦労です。ドリームが楽しくて、利用者さんが行きたいと言ってくれるようになることを願っています。とよくに世話がかかるので、しばらくの間はボランティアで参加しようと思っています。職員の皆様よろしくお願ひ致します。調布市の方が利用者募集班のチラシを配って下さいました。私も配りましたが、近所の心当たりの人に見学に来て見ませんかと声をかけてきました。特に調布市の利用者さんがもっと増えて欲しいですね。

<やんママ>

東日本巨大地震被災地の方々に、心よりお見舞い申し上げます。ドリームごよみ最終月にあたり、ドリーム入会6年3ヶ月を振り返ってみました。息子は、入会1年後に再々度脳出血をおこし右片麻痺となり、左手にラケットを持ち替え、悲観することなく卓球リハビリに頑張ることが出来ました。(これもグループリハの効果でもあります)又、皆さんのお陰で、言葉もスムーズにできるようになりました。家族以外にも信頼のできる方々にも恵まれ、ドリームの大勢の皆さまにも助けて頂きました。そして、PT&ST ご夫妻、ボランティアさん、調布ドリームを卒業されたお仲間、TKK 役員の方々、VIVID の皆さんにも、感謝申し上げたいと思います。これからも、引き続きご支援宜しくお願い致します。

<かずさん>きっちゃんの夫

三月気分転換の温泉一泊旅行、一日おいての東日本大震災、二週間余りの物不足にあたふた、車に頼り又物は、あって当り前の生活を見直して見る事を実感する。昨年春からの事業所に向けての取り組みも、四月大海原に船出。(新)調布ドリームとして全ての参加者の皆さんと協力して行きたいと思います。

<なおママ>

三月は色々な出来ごとがあり瞬間に一ヶ月が過ぎました。八日九日と平家の里、湯西川温泉に一泊旅行し心も身体も大いにリフレッシュ出来ました。温泉ではお風呂好きの直樹も大満足。面倒を見て下さった方々に感謝して居ります。そして二日後の十一日の日に西さんが旅日記のパンフレットも作ってきて下さって、その余韻がさめない中、その後絵手紙を書き、一段落と云う時に、今迄体験した事もない大地震にあいました。皆さん方がいらしたので恐怖感はありませんでした。それ以後テレビも新聞も地震ニュース一色。毎日落ちつかない日を送って居りますが、今の所私達は家があり温かい食事が頂け、被災地の方達に申し訳ない気持ちです。四月からのドリームの前途を皆して協力して行きたいと思います。

<サトママ>

ドリームに参加して4年リハビリの中で学び、考え、歌い、運動し、遊び、皆様に出会い励まし癒やされた時をいただきました。調布ドリームはいよいよ終わりを告げ、今新たな出発を迎え様としています。新しい事には多少の不安を伴いますが希望を持って迎え、順応出来ます様にとっております。代表のちずさん、そしてコーチの皆様、ボランティアの方々、総ての皆様、誠に誠に有り難うございました。又此れからもお世話に成る、新生ドリームを宜敷くお願い申し上げます。今迄、私の拙い文章をお読み下さりました事を有難く筆を置かせていただきます。

<ともちゃん>ひろくんの妻

ひろくと私がここ2年位は活動にも殆ど参加せず、ごよみ打ちのお仕事をひろくに任せて頂いておりました。本当に感謝の気持ちです。私達がここでどれだけ成長させて頂き、癒やされたか表現しきれないのが残念です。ありがとうございました。新たなドリームで多くの方々が救われ、癒やされる事をお祈り申し上げます。

<エイ子さん>こうきちさんの妻

2008年に怪我をしてから2年5カ月、脳波が安定していること、発作が起きていないことなどの理由から、抗痙剤の服用を卒業しました。また、障害程度区分認定証明書と障害者手帳の申請を行いました。手帳については、税金の減免などのメリットがあることがわかったからです。このことを知っていたらもっと早く申請するべきだったと思いました。薬の服用がなくなったので居眠りが少なくなると思います。それでも居眠りをしている場合は・・・

#### <マーニイ> マーくんの兄

事業所立ち上げにこぎつけるまで本当に大変だったと思います。本当にご苦労様でした。そしてちずさんをはじめボランティアの方、コーチの皆さん、家族の皆さん、トレーニーの皆さん、たくさんの方にお世話になりました。感謝の気持ちでいっぱいです。不安で暗い気持ちになりがちでしたが、ドリームに行くと元気になる事ができました。弟も調布ドリームという居場所をみつけ、いろいろ経験する事ができ、生き生きしている様に思います。これからも、なかなか力になれませんが、少しでもお役に立てる事があれば、協力したいと思っています。これからもよろしく願います。

#### <あみちゃん> ないちゃんの妻

ドリームに入会して2年が経ちました。参加出来たり、出来なかったり...山あり谷ありの2年でした。4月からカリキュラムが変わりますが、ないちゃんと参加出来る時は活動センターに足を運びたいと思います。東北関東大震災、いつかは来ると予測していたはずなのに、地震の後の悲惨な状況に、悲しい気持ちになります。日々のニュースを見ていると、身体的にも精神的にも参っている自分がいます。どうやら、「共感疲労」という状態になってしまった様です。様々な事が、少しでも良くなるようにまずは、自分の出来ることから始めていきたいと思っています。

#### <かわちゃん> つとむさんの妻

NHK 厚生文化事業団主催「脳損傷からの回復をめざす」の講演会に行ってきました。その資料の中に、『「気づき」の障害 他者の「こころ」を理解できない 自分についての理解も困難になっている（病識の欠如）と言われることも』と書かれたところを読み、今までずっと疑問に思っていたことがいっぺんに納得することができました。

#### <ちーちゃん> ようさんの妻

調布ドリームに入会して3年になりました。皆様のいつも変わらない笑顔に癒され、感謝の気持ちでいっぱいです。有難うございました。これからもよろしく願います。

#### <はっちゃん> すすむさんの妻

ご無沙汰しております。子どもの事でいろいろあり、ちずさんから子どもの相談するところの情報を教えて頂きました。そのおかげでカウンセリングに定期的に行く事が出来るようになりました。ごよみ等でドリームの様子は見ていました。みんなが、新しいドリームをつくる準備中のなか私は、ドリームを抜けました。が、娘の同級生ママの保育室に娘も手伝ってくれて、同級生ママも 行き場所がなくて遊びに行くより ここに来ての方が安心でしょうって言うてくれて助けてくれて・・・。私も同じ年頃の子を持つ親の中に戻り、心の安定ができてきました。小さい子ども達に癒されたのかもしれませんが。私が、又、障害者に関わりのある仕事をする事を、娘は嫌がるのではと思いましたが、ガイドヘルパーの登録をしました。娘は、「いいよ」と言ってくれたんですね。娘もやりたいと言いました。高校生はダメだと思いましたが、一緒にくるのはいいよ、と言われたので、そのうち娘も連れて、障害を持つ子達と一緒に外出し楽しめたらと思っています。進さんとの事も、それぞれあるけれど、進さんと一緒にお風呂に入ったり、そこですすむさんに相談したり話したりするように、私なりに考えて動ける範囲で無理せずやっているところです。一歩ずつでも前進していっていると感じているこの頃です。自分の心にゆとりができたなら変わり始めてきました。お騒がせしたことがたくさんありましたが、近況報告して最後のごよみを締めさせていただきます。進さんがドリームに入ってから2011年1月で5年になりました。進さんが良くなってきたのに、自分が病気になってしまうなんてね！！無理してきたんです。必死でした。気持ちにゆとりが出来今、やっと目標のところに近づきました。力が抜けそうです。ドリームの皆のおかげです。ありがとうございました。

<くにちゃん> なごちゃんの妻

2月末に東京都の監査が終わり、まずは湯西川温泉でリフレッシュし、いよいよ4月の事業所オープンに向け契約書などの書類作りの準備を進めねばと思った矢先、11日の大地震がおきました。頻発する余震、原発の問題、計画停電、品不足などの心配事で、私の思考回路も一週間は停電状態になってしまいました。21日は税理士さん、22日は職員さん、23日は人材開発機構のE氏と、打ち合わせが続き、今はなんとかやるべきことがみえてきています。4月に入ると仕事がたくさんありますが、みなさんに助けていただき、少しでもドリームに恩返しが出来ればと思っています。

## その他、ご報告とご紹介



### 調布ドリーム資金班よりご報告

《ご寄付いただきありがとうございます。》

3月・・あみちゃんから電気スタンド2台を、サトママからコーヒーマーカーをいただきました。寄付金を宮武秀行様から、多額の切手を藤本明子様からいただきました。

暖かいご支援、本当にありがとうございました。これからも応援よろしく願いいたします。

ご寄付のお振込先を下記に変更いたしております

郵便局 00180 9 651828 『調布ドリーム』

直接、郵便局の郵便振替用紙にてお振込みをお願い致します。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。

### 高次脳機能障がい者活動センター調布ドリーム 「オープン記念講演会」

講演：「脳の仕組み -判っている事と知らない事-」

講師：谷 諭 氏 (東京慈恵会医科大学 脳神経外科教授)

日時：2011年5月28日(土) 13:00~16:00

場所：高次脳機能障がい者活動センター調布ドリーム

(調布市飛田給 2-22-7 TBKビル1階 飛田給駅南口徒歩1分駅ホーム裏)

主催：NPO法人 高次脳機能障がい者活動センター調布ドリーム

要予約：活動センター調布ドリーム TEL/FAX 042-444-3068 メール [info@chofudream.com](mailto:info@chofudream.com)

### 調布市地域イベントのご紹介 (調布ドリームは活動紹介・模擬店・作品販売・ステージ発表を行ないます)

5月15日(日) 10時~15時：第15回ボランティアまつり染地 於・調布市染地地域福祉センター

6月18日(土) 10時~15時：平成23年度 富士見ふれあいのつどい 於・調布市富士見地域福祉センター

### 東京都の高次脳機能障害専用電話相談のご紹介 03 3200 0077

東京都心身障害者福祉センター 月~金 9時~12時 13時~16時 (祝日および年末年始を除く)

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>

「ドリームごよみ3月」 2011年4月3日(日) 発行 【担当：ひろ、ちず】  
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>  
連絡先 吉岡千鶴子 [yume.ai@jcom.home.ne.jp](mailto:yume.ai@jcom.home.ne.jp) TEL & FAX 042-483-5136