



# 2011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



みなさま、こんにちは。今月もドリームごよみをお届けします。  
5月の活動報告、トレーニーやコーチの言葉をたくさん載せています。  
その中で、調布ドリームの活動を思い浮かべていただけると幸いです(いしちゃん/職員)。

### 5月のイベント

#### 【第15回ボランティアまつり染地に参加しました】

5月15日日曜日、染地地域福祉センターに於いて染地まつりが行なわれ、参加しました。調布ドリームは、あんみつと物品の販売、そして舞台発表での参加でした。

あんみつは、朝8時半よりトレーニー・ご家族に集まっていただき、150個準備しました。当日天気良かったおかげもあり、150個完売しました。物品販売では、トレーニー・ご家族のみなさんに寄付していただいた物、編物や手作り品の時間に作成した物(毛糸タワシやアクセサリ・ストラップなど)を販売しました。また、会場の建物内で行なわれた舞台発表では、音楽「チムチムチェリー」「グリーングリーン」「若いってすばらしい」「見上げてごらん夜の星を」の4曲を発表しました。



協力していただいたご家族やボランティアのみなさんのおかげで、大盛況なうちに終了することができました。販売以外でも朝早くに‘のぼり’たてをしてくれた方たちや、それ以外に片付けもして下さった方もいました。ありがとうございました。

(いしちゃん/職員)

私は、あんみつ班でした。朝早くからご家族の方達とのあんみつ作り、チームワークも手際も良く、150個のあんみつを楽しく作りました。10時からの販売、朝はポチポチの売れ行きでしたが、お昼に近づくに連れ好調な売れ行き、お天気も良くお昼過ぎには完売しました。私は、久しぶりにいろいろな人達との会話が嬉しく、とても楽しい1日でした。(やまちゃん/トレーニー)

#### 【オープン記念講演会が行われました】

5月28日(土)、NPO法人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が開かれました。この講演会を無事終えられたのは、講演して下さった谷先生をはじめ、足を運んで下さったお客様、トレーニー、家族、ボランティア、様々な方のご協力があってこそだと思います。本当に皆様ありがとうございました。



谷先生のお話はとても分かりやすく、パワーポイントを使い、動画や画像など具体的に目で見てわかるようにして下さっており、大変すばらしい講演内容でした。その中でも、私が印象に残ったのは、一度傷ついてしまった脳は再生しない(神経細胞)が、神経回路は作られるのかもしれないというお話でした。まだまだ脳は未知の臓器で、解明していないことも沢山あるそうです。そんな脳だからこそ、どんなりハビリをするか、どんな日常生活を送るかで、色々な働きをしてくれるのだと勉強になりました。高次脳機能障がいを負っても、可能性は未知数なんだと改めて思いました。

また、調布ドリームの活動プログラムの一つとして行っている「卓球」は脳にとっていいことだらけだというお話もしてくださり、ますますトレニー達の人気プログラムになると思えました。脳の魅力や神秘を感じることができる講演内容でした。質疑応答の時には、トレニーの質問にもしっかりと返答してくださり、とても良い先生なんだと感じました。このような先生がいてくださるということはとても心強いなと思います。

また、お客様も21名の方が来て下さり、全体で50名となり大盛況でした。活動センターの用意した椅子に皆さんが座りきれぬのが不安でしたが、なんとか座っていただけました。トレニーたちも朝から集まり、会場準備や受付など様々なことをしていただきました。ちずさんの言う、「トレニー主体の会」になっていたのではないのでしょうか。このオープン記念講演会を通して、地域の方々に少しでも調布ドリームの存在や活動を知っていただけたかと思うと嬉しいです。今後とも、地域の方々に温かく見守っていただけるような調布ドリームとなるように、様々な活動をしていきたいです。(こうすけ/職員)

今日の講演会の司会を務めさせて頂いて、本当に大役で私なんかには務まるかな・・・？って思っていたのですが、講師の先生の優しさや、みほさんの助けて何とか務める事が出来ました。有難うございました。(きっちゃん/トレニー)

初めての司会で、緊張しました。ほとんどの部分をきっちゃんに頼ってしまいました。きっちゃんありがとうございました。谷先生のお話はわかりやすく、自分の脳についての理解をさらに深めることができました。(みほさん/トレニー)

## プログラムのご紹介

5月は以下のプログラムを行いました:「卓球」「音楽」「認知リハ」「編物教室」「工作」「絵手紙」「ゲーム」「手作り品作り」「料理教室」「エアホッケー」「映画鑑賞」「チャリティーバザー」「カラオケ」「ジャズピアノ」「ミーティング」。その中から、今月は「音楽」「ゲーム」「チャリティーバザー」を紹介します。また、「当事者会」についてもご紹介します。

### 【音楽】

ドリームでは、毎週火曜日に2時間、音楽の時間が有ります。童謡から、外国の曲まで、なるべく多くの方々に馴染みの有る曲を選んで歌っています。時には、簡単なコーラスを入れたり、鈴、タンバリン、トーンチャイム等を使って合奏をする事も有ります。トーンチャイムは、知らない方も多いかと思いますが、優しく澄んだ音色の楽器で、私達は主にクリスマスソングに使っています。音を楽しむと書いて「音楽」ですので、兎に角「楽しむ」という事を大切に行っています。

時として、思い出話や、他の話題で盛り上がり、時間が過ぎてしまう事も有りますが、楽しそうに話すトレニーにとっては、これも音楽で有り、立派なりハピリだと思っています。音楽の時間は、一人一人が各々に何かをするのではなく、皆で一つの歌を歌っています。現在は50代以上のメンバーが多いため、少々なつメロ的な曲が多くはなっていますが、その分歌い易く初めての方でも参加しやすいと思います。

歌や合奏の他にも、呼吸法や簡単な体操、発音練習等も取り入れています。同じ悩み(障害)を持つ仲間と、大声で歌い、身も心もリラックスした中で行うリハビリは、優しい仲間からのフォローや笑顔に囲まれ、とても楽しいリハビリになると思います。一人で悩んでいらっしゃる方は、ぜひ一度見学にいらして下さい。(ルナさん/コーチ)

ルナ先生の音楽は、いつも大きな声をだせてとってもいい快感があります。これからもみんな一緒にがんばっていい声をだしてがんばっていきたいです。応援よろしくおねがいします。(マーくん/トレニー)

### 【ゲーム】

「髑髏と薔薇」をやりました。これは薔薇が3枚髑髏が1枚の手札から何枚かを伏せ、薔薇を宣言しただけ当てればいいというゲームです。難しいルールは何もなく、覚えなければならないこともないのですが、意外にやりにくかったようです。どこが難しい



かと言うと宣言で、何を目的に宣言するかの意味が捉えにくいようです。今考えると、ただ「1枚」「2枚」と言うのでなく、「私は薔薇を1枚めくります」、「私は薔薇を2枚めくります」のように宣言することにすれば、少しは分かりやすかったかと思います。で、次回はそうしようと思います。(純さん/コーチ)



毎回新しいゲームを考えて下さるゲームの純さん。とても楽しいです。ゲームを理解するのに頭・集中力を使います。ゲームを始めるとだんだん夢中になります。皆と笑ったり教え合ったり、時間がたつのが速く感じます。テーブルで道具やカードなどを使用したゲーム、体や手を使ったゲームや昔の手遊びなど、歌を歌いながらのゲームなど、いろいろあり、とても楽しいです。(やまちゃん/ 트레이ニー)

### 【チャリティーバザー】

5月21日のチャリティーバザーの報告をします。この日はとても天気がよく、暖かい一日でした。人通りは4月に比べ、少なかったと思います。それでも、チラシをみんなでポスティングした効果もあり、チラシを見て来たという方もいらっしゃいました。暑い中、配ってくれた 트레이ニーに感謝ですね。また、そのチラシを見て商品を寄付してくださった方もいました。皆様のご協力感謝いたします。4月のチャリティーバザーでは、物品だけの販売となりましたが、今回は府中市の加藤さんから、飛田給の畑で採れたスナックえんどう10袋、キャベツ6個を寄付してもらい、野菜の販売もしました。この野菜は午後にはなくなってしまいました。物品だけではないチャリティーバザーも楽しいなと思いました。そして、今回は4人のボランティアの方がいてくれ、とても助かりました。お力添えありがとうございます。今回の物品売り上げは16,425円でした。そのうち、募金箱への寄付が1,100円でした。全額「日本脳外傷友の会」へ送り、被災地の障害者の方々に届けられます。皆様のご協力ありがとうございました。(こうすけ/職員)

#### 直後の反省会でのトレーニーのコメント

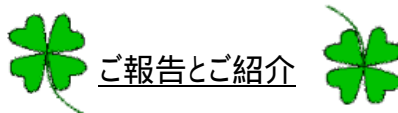
「駅前でチラシを一生懸命配ったが、受け取ってくれた方は2人だった。商品を買ってくれたから嬉しかった。(マーくん)」「ポチポチ動けた。売り場の担当時間割を次回は作ってほしい。(こうちゃん)」「天気が良かったのに客足が少なかった。(ようさん)」「持ってきた花瓶とカットグラスがすぐに売れて嬉しかった。(みほさん)」「沢山いろいろなものがあった楽しい。(たかふみ)」「結構売れてよかった。売りました。10時開始が良い。もう少し早くてもOK。(きっちゃん)」「寄付してもらった毛糸たわしに値札付けをした。ボランティアの方と仲良くできた。(がくじん)」

### 【当事者会】

5月8日の当事者会のコメントをということですが、病気(障害)のためほとんど忘れてしまいました。まとまりませんが、何とか思い出したことを書いてみます。まず、新しい方が参加していたので、みんなで恒例の自己紹介をしました。そのあと数学の話をしたと思います。その中の一つ。「 $1+2+3+4+5+6+7+8+9+10$ 」はいくつになるか。簡単なやり方を話したような気がします。

$$\begin{array}{cccccccccc} 1 & 2 & 3 & 4 & 5 & 6 & 7 & 8 & 9 & 10 \\ + & + & + & + & + & + & + & + & + & + \\ 10 & 9 & 8 & 7 & 6 & 5 & 4 & 3 & 2 & 1 \end{array}$$

上のように、反対にして足していくと、11が10こ出来ます。 $11 \times 10 \div 2$ (組) = 55 と、一々計算しなくても簡単に答えが出ます。皆さんが興味を示してくれたと言われましたが、よく覚えていません。(司会のこうきちさん/トレーニー)



ご寄付よろしくお願ひ致します

調布ドリームは、昨年末に NPO 法人を取得し、今年4月から高次脳機能障がい者活動センターを開設したばかりで、現在運営資金が大変不足しております。社会で行き場のなくなりがちな高次脳機能障害者の未来のために、皆様のご協力をいた

だきつつ運営をして参りたいと思っております。ぜひ皆様の暖かいご支援をお待ち申し上げます。

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、匿名ご希望の場合は、その旨も通信欄にご記入願います。

**ご見学・ボランティア**

ご見学： 13日(金) Kさんご夫妻(調布市)、 27日(金) Hさん(調布市)

ボランティア： 21日(土) まさくん、Oさん、 土曜日のボランティア開始

**調布ドリームが参加する地域イベントのご紹介**

6月18日(土) 10時～15時30分： 富士見ふれあいのつどい 於：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のご紹介** 電話： 03-3200-0077

東京都心身障害者福祉センター 月～金 9時～12時、12時45分～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**

- \* ご利用には、お住まいの自治体(市、区役所)による障害福祉サービスの支給決定(受給者証の交付)を受ける必要があります。
- \* 利用料は障害者自立支援法の規定に基づきます。
- \* まずは見学においで下さい。ご不明な点は、その際にご相談ください。

6月の予定(都合により変更することがございます)

日	月	火	水	木	金	土
火曜日～土曜日 10:00～15:00 10:00 ラジオ体操			1 グッズメーカーキング / 音楽	2 バザー準備 / 料理 MT	3 料理買物 / 卓球	4 料理教室 / チャリティポスター
5 休	6 休	7 さんちゃんとMT / トランプ	8 認知リハ / 出前映画	9 バザー準備 / カラオケ	10 工作 / 卓球	11 チャリティーバザー / 反省会
12 家族/当事者の集い	13 休	14 ゲーム / 運営委員会	15 グッズメーカーキング / 音楽	16 富士見MT / 料理 MT	17 富士見準備 / 卓球	18 富士見 ふれあいのつどい
19 休	20 休	21 スノボ講座 / ジャズピアノ	22 グッズメーカーキング / 音楽	23 ゲーム / ドリーム・ラボ	24 防災 MT / 卓球	25 防災訓練 / 絵手紙
26 休	27 休	28 認知リハ / 料理 MT	29 編物教室 / 音楽	30 料理 MT / バザー-SST	( MT ミーティングの略)	

\* 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 \*

「ドリームごよみ5月」 2011年6月14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 (〒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

