



楽らく通信



【目次】

1	表紙	6	スペース楽・2 活動報告
2	理事長あいさつ	7	グループホーム 活動報告
3	スペース楽 活動報告	8	追悼・石牟礼道子さん
4-5	スペース楽 特集	9	2017年度 活動報告
		10	ご支援・ご協力／賛助会員募集／編集後記

【発行】

●スペース楽 小金井市東町 4-10-14 TEL:042-388-6456 FAX:042-316-3664

E-MAIL:space-raku@mx4.alpha-web.ne.jp

●スペース楽・2 小金井市本町 1-6-11 TEL/FAX:042-388-7887 E-MAIL:raku2@jcom.home.ne.jp

●グループホームこがねい・ちぐら TEL/FAX:042-387-8468 ●グループホームらく TEL/FAX:042-383-6181

●らく福祉会 公式ホームページ <http://rakufukushikai8.wixsite.com/koganeishi>



福祉会

《らく福社会の今後について》 誰もが安心して暮らし続けることのできる社会を目指して

皆様方には日頃より本会の事業につきまして暖かいご理解とご協力を賜っておりますこと、心からお礼申し上げます。

本会が運営する事業所の第1号として「スペース楽」が誕生したのは1995年のことでした。その後「スペース楽・2」「グループホームこがねい」「グループホームらく」「グループホームちぐら」と事業所の数は増え、この4月からは6番目の事業所として「グループホームちぐら・2」を開設しました。

この間、数多くの事業所を開設してきましたが、ここで申し上げておきたいことは「決して施設経営のために事業所を増設したのではない」ということです。

精神障害者を取り巻くさまざまな社会の変化と対象者のニーズを考える中で必要であると考えたことを愚直に取り組み続けてきて気がついたら24年目に入っているというのが正直なところです。

私は理事長就任以来、職員等に対して「施設は利用者のものである」ということを一貫して言い続けてきました。即ち利用者さんの声に耳を傾け、彼らが必要としていることに対してしっかりと取り組まなければならないということです。この考えだけは決して曲げてはいけないことと考えています。

この春、「スペース楽」「スペース楽・2」の施設長を一気に交代させるという本会始めて以来といえる大規模な人事異動を行いました。旧施設長が退職したわけではありません。これは本会としての将来を見据えた人事です。両旧施設長のサポートの下、次の時代に向けての展開を図っていきたいと考えています。

本会では現在、「通所型自立訓練（生活訓練）事業」の実施を検討しています。これも対象となる方々のニーズを考えたものであり、現在の最重要課題ともいえます。またいろいろな意味で手狭になってきている「スペース楽」の移転も喫緊の課題です。

精神障害者を取り巻く環境は以前より変わったとはいえ、まだまだ厳しいものがあります。まだまだ精神障害を抱える方々が安心して暮らし続ける社会とはいえません。我々の力は微力ではありますが、そんな社会が少しずつでも変わることを願って取り組み続けていけたらと思います。

精神障害者が安心して暮らし続けることのできる社会は、誰もが安心して暮らし続けることのできる社会です。

だからこそ、本会のモットーである「この街が誰にでもやさしい街でありますように」にこれからも取り組み続けていきます。

皆様の暖かいご理解とご支援をお願い申し上げます。

（らく福社会理事長／吉澤豊）



《いつか祝杯を！》 ～スペース楽の就労支援 Aさんの場合～

スペース楽は就労継続支援 B 型事業という就労移行支援事業とは違い、利用期限のない事業です。従いまして、一般就労もじっくりと時間をかけて目指すことができます。

そんな B 型ならではのスペース楽の就労支援を今回は、昨年 10 月に就職された A さんのサクセスストーリーを通してお伝え致します。

A さんは、カラオケとお酒とサザンが大好きなとても人当たりの良い 50 代の男性です。大学時代は飲食店のアルバイトでバイトリーダーを勤め、卒業後に某紳士服メーカーに就職。お店でバリバリ服を売り上げていましたが、2 年程で退職。20 年以上の引きこもり生活の後、6 年程前からスペース楽の利用を開始されました。

利用当初から就労を希望されてはいたものの、とにかく変化が苦手な週 3 日半日の利用からスタートしたのですが、週 5 日利用できるようになるまで 4 年以上の年月を要しました。その間、当時の担当職員は A さんの就労したいという目標をご本人と確認しながらその為に必要な事をお伝えしつつ、ゆっくりゆっくり一緒に進んできました。

私が担当となった 1 年半ほど前には、相変わらず変化は苦手でしたが就職へ向けて本格的に動くことを決め、今まで頑なに避け続けていた健康診断の受診や通勤(通所)定期券の購入なども出来るようになりました。出来る事も出来ない事も色々あった A さんですが、私達が就労支援にあたって大切にしたい事は苦手な事に注目するのではなく自信を持って頂けるよう、出来ている事、得意な事をご本人と共有する事でした。

A さんは企業の職場体験実習に参加されるようになってからは面接の度にガチガチに緊張されながらも、ご自身の言葉で懸命に企業の方の質問に答え、実習では持ち前の人当たりの良さを存分に発揮。どの実習先でも前向きに頑張っていたらっしゃいました。そして、数社の職場体験実習を経て某飲食チェーン店に見事に就職！とても理解のある会社で長く働き続けられることを重視し、法定雇用率に算定される 20 時間よりも短い時間数からスタートさせて下さいました。A さんは現在、生き生きと週 4 日仕事に行き、1 日はスペース楽へ通所して週 5 日勤務を目指されています。

「親孝行するため」それが A さんの働く理由だそうです。大変な時も今も A さんを傍で支え続けて下さっているご家族の為に、これから先も A さんらしく働き続けて頂けるよう支援して行きたいと思っています。が、万が一、疲れてしまってスペース楽に戻りたいと思った時、もしくは見事定年まで勤め上げて介護保険のサービスが必要ない程お元気で、スペース楽に行きたいと思われた時、私達は A さんが安心して戻れる場所でありたいと思っています。(それが可能なのが就労継続支援 B 型事業の良いところでもあります)

個人的には、いつか「よく頑張りましたよね。お疲れ様でした！」と A さんと祝杯をあげたいと思うのです(割り勘でね)。 (スペース楽/秋山)



《特集！！～スペース楽のクッキーができるまで～》

「クッキー作りに興味あります」といった新規利用者の希望の声をよく聞きます。今回は特集！！スペース楽のクッキーができるまでと題して、製菓作業のお仕事のご紹介をしたいと思います。

スペース楽は開所以来作り続けているものから、新たに仲間入りしたものなど、新商品が生まれては消え、20年以上の歳月を経て、現在、クッキー13種類、ケーキ7種類のラインナップとなりました。

スペース楽では、新メニューを開発していく過程から、試行錯誤しながら、利用者の方と共に話し合い、あーでもない、こーでもない意見を交わします。

まずは、そんなミーティングの様子をご紹介します。



このように、皆で、楽のクッキーの材料から、どのような味のクッキーにするか、形をどうするか、大きさをどうするか、売り出し文句など、話し合っていきます。新商品開発に時間はかかりますが、こういった話し合いや試行錯誤の過程を大事にしているのが、楽の特徴だと言えます。このような過程を通して、種類豊富で個性的なクッキーが出来上がっているのです。

さて、いよいよ次のページでは、スペース楽のクッキー製造の現場を見ていきたいと思えます。心の準備はいいですか？

あっと、その前に、食品を扱う現場ですからね、衛生面には気をつけましょう。

身だしなみをチェックします。さあ、帽子とエプロンは着用しましたか？

手洗いを済ませましたか？準備はできたようですね。

では案内いたしましょう。スペース楽のクッキー工房へ。



～ 本邦初公開？ スペース楽の製菓作業 ～

これが製菓作業の様子だ！！

＜クッキー準備＞ まず始めに、その日の当番が秘伝のレシピに従って材料を計量。間違いのないよう慎重に計量していきます。クッキーの種類によって材料がいろいろあるので、しっかり確認しながらおこないます。

＜焼き＞クッキーの種類によってオーブンの温度・焼き時間を設定し、焼きます。焼きあがったら冷まし作業。

＜粉ふるい&こね＞小麦粉をふるいにかけて。こねる前に材料を確認し、ケンミックス（業務用こね機）でこねます。こね加減に注意！

＜袋作り＞袋見本を元に袋に賞味期限シールやクッキー種類シールを裏表、上下に注意しながら貼ります。

＜洗い＞洗い、すすぎ、拭きを連携プレイで。水気が残らないよう丁寧に拭きます。

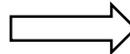


＜成形＞生地をクッキーの種類に合わせ成形。長く持ちすぎないように手早くやる技術が必要。

＜計量＞生地をクッキーの種類に合わせ、正確に計量します。

＜袋詰め&シーラー＞袋作りで作った袋に、クッキーを袋詰め。袋を汚さず詰め、シーラーをして封入。

＜配達＞注文票を見ながら納品書を記入。荷造りをし、納品書と照らし合わせ検品します。



注文先に車や徒歩で納品。配達先で挨拶をし、検品。お知らせがあればします。

どの行程も間違いのないようしっかり確認してやっています。色違いのボールや袋見本、一覧表などで、できるだけ確認しやすいよう工夫していますが、行程によってはマニュアル化しづらいものもありますので、声かけや確認しあうといった連携が必要になります。スタッフが必要に応じてフォローしたり、教えているので、未経験の方も安心です。その人に合った作業の分担にも配慮しています。

ざっとした説明になりましたが、少しでもスペース楽のイメージが伝わりましたでしょうか。さて、今回はスペース楽の製菓作業を見てみました。まだその他にも様々な作業がありますので、今後、少しずつ紹介できたらと思っています。ご興味持たれた方はスペース楽まで！お待ちしております。

（スペース楽／山根）

《スペース楽・2 活動報告》 ～抹茶の会～

スペース楽2では、月に一度『抹茶の会』をしています。

道具は、抹茶椀、茶筌（抹茶をかき混ぜて泡立てる道具）、茶杓（抹茶をすくい取るさじ）が揃っています。

抹茶は、京都宇治小山園の松風、お菓子は季節のものを所長さんが用意してくださいます。

3時にテーブル席について、お菓子を懐紙にとっていただいてから、各自、茶杓で一杓半（約1.5グラム）の抹茶を茶碗に入れて、お湯を注ぎ、茶筌でたてて薄茶で飲みます。抹茶は‘いれる’といわずに‘たてる’といいます。

抹茶はあらかじめ茶こしで濾しておくので、ダマにならず、茶筌でたてると泡が出て苦みが和らぎます。

抹茶というと日本文化の茶道を連想して、かた苦しいイメージがしますが、最近は、日本が誇れるスーパーフードとも言われています。

茶葉そのものを飲むので、茶葉に含まれるビタミンCやビタミンE、カロテン、食物繊維など、豊富な栄養素をまるごと摂取できます。

楽しみ方は、飲み物だけではなくスイーツや料理に、美容や健康にと、日常生活のなかに取り入れられるようになってきていると思います。

抹茶の効果は、嬉しいことばかりです。

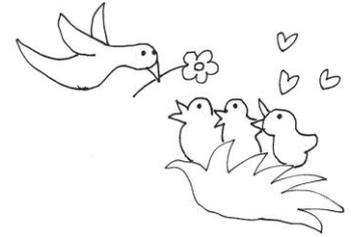
普段はみなさんに背を向けてミシンをかけている私ですが、抹茶の会は、豊富な話題と、お菓子、抹茶のおかわり有りの楽しいブレイクタイムです。

（スペース楽・2／八重樫）



洲崎福祉財団様から名刺カードプリンター
リニューアル事業の助成をいただき新しい
印刷機を購入しました。ありがとうございました。





《グループホーム活動報告》 ～卒業生のお話を聞く会を終えて～

2月15日（木）、グループホームで「卒業生のお話を聞く会」を開催しました。

卒業生 2 名に現在の生活の様子やGHとの違いなどについてお話しいただき、参加者は、グループホームのメンバー・卒業生・職員あわせて 18 名でした。

卒業生からは、・単身生活開始直後に震災があり不安だったこと、周りを頼ることがが苦手で卒業後苦労したが、今は様々な社会資源（ホームヘルパー・訪問看護・権利擁護など）を利用し周りを頼れるようになり、焦らずのんびりペースでの生活ができているというお話や、・ホームでの生活を途中で投げ出すかたちで地域に出たが、思うような暮らしができず生活保護を受けたこと、自分で生活しようと思い就労移行支援事業所に通い現在は障がい者雇用で就労されているお話などを聞くことができました。

その後の質問タイムでは、・生活保護をもらっていると（自分は）引け目を感じるが、どうやって折り合いをつけていったのか？・障がい者雇用だと周りの人は理解があるのか？などメンバーから質問が出て、それに対して真摯に答える卒業生の姿がありました。

お話会の後に感想として寄せられた声をいくつか紹介します。

・いろいろな経験を聞いて、GH を卒業してもいきなり生活を変えなければならないわけではないのだと気がついた。仕事をしたい気持ちは強いが、体調を考えたら焦らないでいきたい。

・意識の持ち方や私には想像できなかった自立の困難さを教わりました。自分一人で何とかしなくてはならないと思っていたが、実際には周りの方々に支えられて社会の中に自分もいるのだと感じました。焦らずに頑張っけてゆきたいです。

・みんな一生懸命生きているんだと思いました。

・最初からすべてを完璧にこなそうとするのではなく、自分の限界を知り、力を込めすぎずにセーブして維持するやり方を見つけることが大事だと思った。少しずつできることを増やしていけば自信にもつながるし、負い目を感じることも無くなると思う。確実な成功体験をどれだけ詰めるかが成長のカギなのかもしれない。

・自分と同じ考えを持っている人がいたので安心した。

・定期的に卒業生のお話会をやってほしい。

メンバーそれぞれいろいろなことを感じたようで、大変有意義な時間になったと思います。今後も卒業生のお話を聞く会を続けていきたいです。急なお願いにもかかわらず、講師を引き受け、わかりやすくお話して下さった卒業生お二人にこの場を借りてお礼申し上げます。ありがとうございました。



（グループホームこがねい／内田）



《追悼・石牟礼道子さん》 水俣とスペース楽

2月10日に石牟礼道子さんが90才で亡くなりました。私がつどいの会やスペース楽の設立に至る遠因に石牟礼さんの『苦海浄土』があります。

私が中学生の頃、公害問題が新聞やテレビで度々報道されていました。水俣病の胎児性患者さんやサリドマイド児は私とほぼ同じ歳でした。『苦海浄土』を読んだのはいつの頃だったか忘れてしまいましたが、大学で自然保護サークルの公害班に入り足尾銅山に行ったり、宇井純さんがやっていた東大の自主講座公害言論に参加、公害輸出に反対する活動をし、六価クロムの公害を発見したりしました。当時、障害者の方たちも活発にいろいろな活動をしていて、私も時々集まりに参加したり手伝ったりしていました。精神障害者やご家族の活動を知ったのもこの頃でした。

その後1980年代の前半だったと思いますが、石牟礼さんの『天の魚』を砂田明さんが一人芝居で演じ、東京で連続上演をすることとなり、私も小金井から参加し浴恩館（現・文化財センター）で上演する予定でした。残念なことに体調の関係で急遽中止となり、映画「水俣病とその世界」を上映しました。その時集まった方たちなどと「いのちとくらしを考える会」を作り除草剤散布マップを作成し危険性を訴えたり、轡田隆史さんなどをお呼びして講演会を開いたり、その後、精神病院の仕事に就き、第1回はらっぱ祭りの手伝いをしたりする中で国分寺のはらからの家やさつき作業所の職員と知り合い、はらからの宿直をしたり、さつきの石鯨作りを手伝ったり、小金井にお住いの菱山先生を紹介してもらい公会堂で講演会を開き、つどいの会を作り、スペース楽設立へと繋がっていきました。スペース楽のフルーツケーキに入っているオレンジピールは最初の頃は水俣で作っていた無農薬の甘夏を取り寄せて使っていました。

石牟礼さんの著作で『椿の海の記』という作品があります。精神を病んだ石牟礼さんのお祖母さんの事を書いたもので『苦海浄土』と共に私の好きな作品です。いずれの作品もいのちに寄り添いそこに優しさと美を見出すもので、らく福祉会のスローガン「この街が誰にでも優しい街でありますように」の源になったものです。

あらためて石牟礼道子さんのご活躍に敬意を表し、ご冥福を心よりお祈りいたします。

（スペース楽・2／富澤）



2017年度 活動報告 スペース楽 楽・2 グループホームこがねい・らく・ちぐら

4月	3/31.レク-合同花見(楽・楽・2) 4/7 顧問医面接 (GH) 10.ミニ学習会「自己肯定感を高めよう」(楽) 13.レク-横浜中華街 (楽・2) 19.入居等協議会(GH) 20.レク-バーベキュー(楽)
5月	8.レク-カラオケ(楽・2) 9.今年度パソコン教室開始(楽) 16.ホーム連総会(GH) 20.出張販売-日本精神科看護協会こころの日イベント(楽)
6月	5.ミニ学習会「自己肯定感を高めようPart2」(楽) 7-9.製作品展示会-カエルハウス(楽・2) 15.レク-レストラン昼食会、南極北極科学館見学(楽) 16.レク-ポーリング(楽・2) 23.防災訓練-立川防災館・(楽・2)
7月	1-2.出張販売-東センターまつり(楽) 21.レク-カラオケ(楽・2) 26.27.28.31 小金井社協「夏の体験ボランティア」(市内小中高生)受け入れ (楽・2)
8月	2.内職新作業(お茶漬け包装他)開始(楽) 4.レク-映画(楽・2) 5.出張販売-こむぎ保育園夏まつり(楽) 15.防災訓練-災害伝言ダイヤル体験(楽) 24.納涼会(楽) 7.21.28 出張販売-日本福祉教育専門学校スクーリング(楽) 2.7.9.17.21.23 小金井社協「夏の体験ボランティア」(市内小中高生)受け入れ(楽・2)
9月	11.レク-深海展(楽) 14.出張販売-国立精神神経センターデイケア祭(楽・楽・2) 15.レク-カラオケ館 (楽・2) 30.レク-日帰り旅行(GH)
10月	5.顧問医面接(GH) 8.出張販売-聖ヨハネ祭(楽・楽・2) 14-15.出張販売-市民まつり(楽・楽・2) 18.顧問医面接(GH) 20.入居等協議会(GH) 27.レク-所沢航空発祥記念館 (楽・2)
11月	4-5 出張販売-ルーテル学院大学愛祭(楽) 12.出張販売-社会医学技術学院ふくろう祭(楽) 10.にこにこキッチン試食ツアー (楽・2) 16.レク-カラオケ館(楽・2)
12月	出張販売-障害者週間 市役所 5.(楽)、8.(楽・2)、スペシャルイベント 9.(楽) 13-15.製作品展示会-カエルハウス(楽・2) 15.顧問医面接(GH) 19.忘年会(楽) 20.入居等協議会(GH) 25.クリスマス忘年誕生日会(楽・2) 28.大掃除(楽)、忘年会(GH)
1月	2.初詣-大國魂神社(GH) 4.新年会(楽・2) 18.新年会(GH) 19.レク-カラオケ(楽・2)
2月	9.レク-八王子市夢美術館(楽・2) 14.レク-江の島日帰り旅行(楽) 15.卒業生のお話を聞く会(GH) 28.そら内覧会(楽・2)
3月	3.出張販売-市民活動まつり(楽・楽・2) 3.太陽のひろば(楽) 8.レク-カラオケ(楽・2) 3~29.日本福祉教育専門学校実習生受入れ(楽・楽・2.GH) 11.「りんく」わいわいパーティ(楽・楽・2) 町内会防災訓練(GH) 24.出張販売-貫井北センターまつり(楽) 27.防災訓練-小金井消防署緑分署(楽) 29.レク-合同花見(楽・楽・2) 30.顧問医面接(GH)

<スペース楽の焼き菓子パンフレットできました>



東京共同募金会様からの助成金でカラーパンフレットを作りました。
店頭やイベント販売時に配っています。
内容をご覧になり、スペース楽のクッキーの質を褒めてくださるお客様やお好みの商品を目当てに来店されるお客様が少しずつ増えています。

ご支援ご協力

—2017年4月1日～2018年3月31日—



みなさまからご寄付ならびに様々なご協力を賜りました。ありがとうございました。

(順不同・敬称略)

『寄付・寄贈・助成』

伊藤万里子／増田園子／仲元敬子／本本文吉／渡辺武／三吉博子／冨永博通／楽染楽きもの高野／
 渡辺恵利夫／藤村忍／芹口みえ子／北条孝／若松医院／宮本祐子／さいとう医院／根橋五百子／杉山政司
 ／藤川トシ子／武蔵野中央病院／槌田春美／訪問看護ステーション風・土屋秀則／プーの森・野村羊子／
 洲崎福祉財団よりスペース楽・2へ カードプリンター
 赤い羽根共同募金（東京共同募金会）よりスペース楽へ クッキー販売用パンフレット作成一部補助
 さくらファンド（小金井市社会福祉協議会）よりスペース楽へ 店舗用スクリーン取り付け一部補助
 (株)ガイアよりスペース楽へ 納涼会・忘年会用菓子 ほか匿名のみなさま

『らく福社会賛助会員』

末盛三枝子／本本文吉／芹口みえ子／松居裕子／中村淑子／板倉真也／槌田春美／西ノ内多恵／吉田猛／
 根橋五百子／杉山政司／森田史雄／浅賀福代／鴨下和恵／渡辺ふき子／多摩在宅支援センター円

『スペシャルサンクス』

作業所製品の販売や事業委託等を通し、「利用者の仕事」にご協力頂いた皆様です。

土井昇吾商店／株式会社千代田商事／株式会社 SOMETHING NEW（コガネイチーズケーキ）／
 自然食糧品店グルッペ／タウンショップ黄金や／株式会社ろばや／カエルハウス実行委員会／
 株式会社円グループ／プーの森／オフィスセヴンス・ノート／株式会社 MNH／NPO 現代座／
 聖ヨハネ会／聖ヨハネホーム／小金井市身体障害者福祉協会／日本福祉教育専門学校／東京神学大学
 ルーテル学院大学／社会医学技術学院／国立精神・神経医療センター／日本精神科看護技術協会／
 NPO アートフルアクション／こむぎ保育園／小金井市役所／フロンティア／楽染楽／ウエスト／
 小嶋工務店／石黒工務店／武蔵野中央病院

～*。～



らく福社会賛助会員

らく福社会賛助会員のみなさまには、
 温かいご支援ご協力を賜り厚く御礼を申し上げます。
 今後とも、ご支援のほどよろしくお願い致します。

らく福社会賛助会員 年会費 ー□ 2,000円

郵便振替 □座番号：00160-5-171403



らく福社会 公式ホームページ



らく福社会

検索

ブログや情報欄も
 あります。
 是非ご覧ください。



編集後記 編集メンバーが増え、安心して託せます。ありが
 とうございました。(K) 頼りにしていたメンバーと最後の仕
 事でした(涙)(S) Kさん編集作業お疲れさまでした。(F)
 初めての編集チームに加入。今後よろしくお願い致します(Y)

