



特定非営利活動法人

ココロ

第131号 2017年1月

<http://www.hcc-kokoro.jp/>



- ・ハートケアセンター-こころ(地活)、こむぎ(就B)  
島田市島581-14  
TEL0547-46-5561 FAX0547-46-5566
- ・ワークステップドレミ(就B) 島田市元島田9040  
TEL0547-37-7865 FAX0547-32-9309
- ・りなむ(就B) 島田市金谷中町2100-1  
TEL0547-46-1687 FAX0547-45-5165
- ・さがら作業所(就B) 牧之原市菅ヶ谷219-1  
TEL0548-52-7447 FAX0548-28-6622
- ・はぐるま(地活)・あじさい(就B)  
牧之原市細江710-4  
TEL0548-22-5529 FAX0548-23-9340
- ・相談室こころ(島田、牧之原、川根本町)



# あけましておめでとうございます



2017年(ねん)がスタートしました。皆さんにとって、この1年(ねん)はどんな年(とし)になる(なる)のでしょうか。いえ、どんな年(とし)にする(する)のでしょうかと問うた方がいいかもしれませんね。自分の人生(じんせい)は自分のもの(もの)なので、自分自身(じぶんじしん)がこの1年(ねん)をどう過ごす(すご)かということになりますね。

そこで、そんなことを考えていたらふと思い浮かんだ(おもった)言葉(ことば)があります。一つは少し前に流行(はや)ったムーミン(ムーミン)に登場(とうじょう)するスナフキン(スナフキン)のことばです。

「大切な(たいせつ)のは、自分の(じぶん)のしたい(したい)ことを自分で(じぶん)知(し)ってる(って)ことだよ」

「あんまり誰(だれ)かを崇拝(すうはい)する(という)ことは、自分の(じぶん)自由(じゆう)を失(う)うことなんだ」

私は(わたし)、この2つの(ことば)言葉(ことば)が大好き(だいすき)です。これは、「自分(じぶん)らしく」生(い)けると同時に(どうじ)、自分(じぶん)として(として)生(い)けるとい(いう)ことだと思(おも)います。

そして、もう一つ(ひとつ)は、「障害者(しょうがいしゃ)の権利(けんり)に関する(かん)条約(じょうやく)」を策定(さくてい)して(いく)過程(かてい)において、すべての障(しょう)害者(がいしゃ)の共(きょう)通(つう)の思(おも)いを示(し)すもの(スローガン)として使(し)用(よう)された(ことば)言葉(ことば)です。

「“Nothing About Us Without Us” (私(わたし)たち(た)ちのこ(こ)とを、私(わたし)たち(た)ち抜(ぬ)き(き)に決(き)めな(な)いで)」

まさ(まさ)に人生(じんせい)の主役(しゅやく)は本人(ほんにん)であり、周(まわ)りの人(ひと)たち(た)ちが勝(か)つて(き)決(き)めて(しま)うこと(は)言(ごん)語(ご)道(どう)断(だん)。時(とき)に良(よ)かれ思(おも)って(し)て(しま)うこと(も)実(じつ)は本人(ほんにん)不在(ふざい)である(こと)も注(ちゅう)意(い)しな(な)け(ら)ばい(け)ませ(な)ん。

つまり、その人(ひと)の人生(じんせい)はあく(ま)でもその人(ひと)のもの(もの)の(な)のだ(と)肝(かん)に銘(めい)じな(な)ければ(な)りませ(な)ん。

ひとり(ひとり)が主役(しゅやく)で、ひとり(ひとり)はキラキラ(かがや)と輝(と)く年(とし)に(し)て(い)きま(し)よう(！)

そして、鳥(とり)のよう(おおぞら)に大空(は)に羽(は)ばた(き)ま(し)よう(！！) (西年(とし)は鶏(にわとり)です(が)…)

ことし  
としおんな  
今年の年女

施設長(しせつちやう) 菅原(すがわら) 小夜子(さよこ)

もうサル年(とし)は振(ふ)り返(か)えず(に)、今年(ことし)は大(おお)トリ(を)  
目(め)指(さ)して、一(いち)年(ねん)間(かん)を駆(か)け抜(ぬ)け(ま)す(！)

さがら作業所(さきやうじよ) 川嶋(かわしまはる)温(か)香(か)





とうじつ、そうぜい、めい、らいじょう  
 当日は、総勢352名の来場が  
 あり、もちつきに、ちゅうせんかい  
 おおいに盛りあがること  
 ことができました!!



だいきょうれつ  
 もちコーナーに大行列!



「いらっしゃいませ〜♪」



「よいしょ〜」「よいしょ〜」



まど  
 的をよ〜くねらって!



かなやちゅうがく  
 金谷中学ボランティアのみなさん



かし  
 「おいしいお菓子はいかがですか?」



せんてんかつどう  
 宣伝活動



じっこういん、ちゅうしん、かくじぎょうしょはな、あ  
 実行委員を中心に各事業所話し合い



こうろん、いの  
 「幸運を祈る!」



けいじぶつつくせい  
 掲示物作成



きょう  
 「今日は、ありがとうございます」



もち、くば  
 「餅をお配りしています」

だい、かい、だいかい、かさい  
 第13回もちつき大会を開催す  
 るにあたり、ばんしょうじあさいち、かい  
 さと神谷城、金谷中学生、こころ  
 の会、いっぽの会をはじめ多くのボ  
 ランティアにご協力いただきました。  
 ありがとうございます。



だれ かつやく  
「誰もが活躍できる

まちづくり

こようそうしゅつ めざ  
～雇用創出を自指して～

にちじ ねん がつ にち ど  
日時：H29年2月18日(土) 18:00～20:30

ばしょ ゆめ かいかん  
場所：夢づくり会館

もうしこみ ていいん しぜんもうしこみ ひつよう  
申込：定員があるため、事前申込が必要です

こうし ほうじん  
講師：NPO法人ハート in ハートなんぐん市場

なかの りょうじ し  
中野 良治氏

えひめけんあいなんちよう こうし まね しょうがい  
愛媛県愛南町より、講師をお招きし、障害があっ

てもなくても誰もが活躍できるまちづくりについて  
お話しさせていただきます。

ち かつこうどうかいぎ  
地活合同会議

よしだちよう  
吉田町 レタスクラブさんと、  
まきのほら はぐるま、しまだ  
牧之原 はぐるま、島田ハートケア  
センターこころの3つの市町の地  
活が集まり、地活のあり方につ  
いて意見交換しています。

じかい かいめ じ こけつていしえん  
次回3回目は、自己決定支援につ  
いて意見を深め、よりよい地活に  
ついて考えていきます。

りょこう い  
旅行に行ってきました!!

12月2日(金) さがら作業所では、みんなで企画し準備してきた  
白糸の滝・富士ミルクランドへの旅行に行ってきました。

当日は12月とは思えない程の暖かさで、  
真っ青な空に映える富士山は、つくづく“静岡に生まれてよかった～”  
と思える美しさでした。

白糸の滝では、事前に旅行委員さんが調べてくれた資料をバスの中で確認し、  
より深く白糸の滝を楽しむことができました。

富士ミルクランドではバイキング形式のランチをみんなでいただき大満足!!  
その後、園内を自由に回り、バター作り、乳搾り、動物と触れ合ったりと  
普段できない体験を存分に楽しみました。



クリスマスパーティー

12月24日(土) 島田地活で恒例のクリスマス会を開催しました。こむぎ9名とボランティア  
2名の参加もあり、総勢28名のイベントに! ビーフシチューを作る係、買い物に行く係、お血  
を準備する係 等役割を皆で分担し、食事を作る時間も楽しみました。



はぐるま製作部



おれ達。

日の出を待つ

寒風吹く海岸で

今年一年

一緒になって祈る。

他の人達と

朝日が昇る日を

朝日が昇る。

家族そろって

元旦に



# かつよていひょう こころの1月予定表



日	月	火	水	木	金	土
1 休み	2 休み	3 休み	4 島田地活・こむぎ：後事会 サロン 13:30開所 いなむ：初詣、 お汁粉を食べよう ドレミ・さがら：初詣	5 さがら：工資・ ミーティング 島田地活： 唄おうクラブ 13:30～14:30	6	7 島田地活：WRAP 妻付 12:30～ 蘭始 13:00～
8	9 成人の日	10 島田地活：休み はぐるま・あじさい：語ろう会	11 島田地活： クラブ運営会議 13:00～13:30 島田地活・こむぎ：いいこと 清掃 13:30～14:00 語ろう会 14:00～15:00 こむぎ・いなむ：にじいろ市場	12	13 はぐるま： フットサルクラブ 13:00～15:00	14
15	16 島田地活：休み こむぎ：茶話会	17 島田地活： サテライト 10:00～ 14:30	18 ドレミ：にじいろ市場 さがら：昼食作り 島田地活：ソフトバレークラブ 13:00～15:00	19 あじさい： ドリーム教之廊	20 はぐるま： フットサルクラブ 13:00～15:00	21 島田地活：家族茶話会 いなむ：特別支援学校作業 発表会販売 はぐるま・あじさい： こころ市
22	23 はぐるま・あじさい：代休	24 はぐるま： 卓球クラブ 13:00～ 15:00 島田： なないろの会 10:00～ 11:30	25 島田事業所：2・5・2・5 しまだグリーン大作戦 こむぎ・いなむ：にじいろ市場 島田地活：卓球クラブ 13:00～14:45	26	27 島田地活： カラオケクラブ 13:15～15:00	28 島田地活：映画上映会
29	30 島田地活：休み さがら：誕生日会	31 島田地活： サテライト 10:00～ 14:30 はぐるま： 卓球クラブ 13:00～ 15:00	<p>★☆☆ つぶやきリレー ☆☆☆</p> <p>今年も みんなと仲良く 過ごしたいです りなむ 暮林 貴子</p> 			

## RUN!RUN!!RUN!!!



12月18日(日)『42.195 kmリレーマラソン in エコパスタジアム』の職場仲間部門に、今年もスタッフチーム ★cocoruns が出場しました。  
チーム新記録 3時間27分33秒で完走しました。応援ありがとうございました。アンカーは予定通り松永さんが走りました。

