

# のぞみ便り

## NOZOMI NEWS 令和6年8月号



NPO法人長崎のぞみ会  
のぞみ共同作業所

〒852-8134  
長崎市大橋町3-2  
TEL:095-807-4269  
発行日:令和6年7月末日  
編集責任者:河野 知房

HP

QRコード

いよいよ夏本番となりました…!!今年初めて気が付いたのですが、セミは朝6時頃から活発に鳴き始めるようです。今年も暑さ対策に余念がありません。そんな中での電気代高騰はなかなかの追い打ちです。私は超が2つくらいつくほど汗かきなので着替えが必須なシーズンです。今年は日よけシェードや室外機カバーを設置したので、エアコンの効きが良くなりました。涼しくて過ごしやすい作業所(?)へ是非皆さんお越しくださいね!(河野)

### 6月のぞみカフェ報告

日時:令和6年6月15日(土)13:00~15:00  
参加者:12名(利用者7名,ボランティア7名、職員2名、その他1名)

今回のボランティアは、海斗さんと宮崎さんでした。2階のカラオケコーナーでは懐かしい曲から最近の曲まで、終始誰かの歌声が聞こえていました。リビングではお話をしたり、オセロをしたり、のんびりと過ごしました。所長のご長男、1歳7ヶ月のM君、来るたびに「大きくなったね!」と皆から言われています。お菓子が積まれていることに気づき、目がキラーン。「けてーっ(あけてーっ)」とソワソワ、開けたらパクパク食べてました。靴が大好きでスリッパが触りたくてたまりません。「くつ」がまだ言えず「くふーんぬー」と何度も言うてるのが、可愛くてたまりません。そんな癒しのMくんを眺めながら、みんな楽しい時間を過ごしました。忙しい中、お話ししてくださったボランティアの宮崎さん、海斗さん、ありがとうございました!

8月のぞみカフェは8/17(土)13:00~15:00です。(スィカ食べます!)  
参加締切は、8/8(木)です。(LINE WORKSで連絡が出来ない方の締切は8/5(月)です)

宮崎さん 2Fはカラオケ!

またねー

くつきたちさきょうなら

### 福祉と企業の虹の架け橋フェスタ

長崎市障害福祉課主催  
開催場所:出島メッセ長崎1階イベント・展示ホール  
令和6年8月7日(水)10:00~15:00  
(のぞみ関係ブースは11:40まで)

先月号でも予告しておりました「虹の架け橋フェスタ」でのぞみ会が関わるブースの中身が決まりました。

前半(10:00~10:40頃)は三和中央病院の保健福祉士、梁瀬健一氏を講師として、精神障害への理解や専門職などの紹介がされ、後半(10:50~10:40)はピアサポーター3人のリカバリストリーが発表されます。河野所長が司会進行をする予定です。3人の発表後は質疑応答の時間となります。入場は先着順となりますので、ご注意ください。(入場無料です)

虹の架け橋フェスタ  
精神障害  
について学ぼう!  
参加費0円  
無料体験あり  
無料相談あり

開催日時:令和6年8月7日(水) 10:00~15:00(開場:9:30)  
場所:出島メッセ長崎1階 イベントホール  
講師:三和中央病院 保健福祉士 梁瀬 健一氏  
NPO法人長崎のぞみ会ののぞみ共同作業所 河野 知房氏  
ピアサポーター

皆さんのお申し込みを待っています!!  
申し込み先:長崎のぞみ会事務局  
電話:095-807-4269 FAX:095-807-4270

### ポストカードを作成しました!

暑中見舞いにも使えるポストカードを作成しました。2名のピアサポーターの方にイラストを提供いただきました。切手を自分で貼るタイプのポストカードです。購入を希望される方はLINEなどでご注文ください。1枚/50円で販売しています!

注目!

### 祝! ~のぞみ共同作業所創立40周年記念昼食会~

日時:令和6年7月15日(月・祝) 12:00~14:30  
場所:大橋町東部自治会公民館 参加者:25名

はじめに、長崎のぞみ会理事長であり、のぞみ共同作業所の所長である河野より開会の挨拶、その後、出席している理事、職員、ボランティアの紹介をしました。

今回は40周年という特別な日なので「豪華お弁当」を用意し、河野所長のポケットマネーで、福砂屋のカステラまでついていました!お茶で乾杯し、食事が始まったところで、のぞみ会元理事長の松尾さんよりご挨拶がありました。次に、理事の須田さんより祝辞をいただきました。お二人とも、以前ののぞみの様子などを紹介され、とても興味深い話でした。次に河野所長が、のぞみ共同作業所の歴史をスライドを見せながら解説しました。皆さん興味深く所長の話に耳を傾けていました。次に、ピアサポーターお二人に、それぞれリカバリストリーを発表していただきました。つらかった体験、忘れることの出来ない出来事、どんな気持ちで今まで生きてきたのか、そして今後についても勇気を持って発表していただきました。皆さん、熱心に聴いてくださいました。とてもアットホームでいい創立記念となりました。

### ~城栄夏祭り2024に参加しました!~

7月21日(日)11:00~16:00  
会場:十八親和銀行城栄支店(城栄町13-10) 駐車場  
主催:城栄自治会、城栄商店街振興組合

11時から出店し、新商品、オリジナルポストカードも販売しました。実習生の川中さん、理事の竹内さんも朝から参加していただきました。暑い中、ピアサポーターや、利用者さん、音楽教室の生徒さんも駆けつけてくださいました。昼からは武男さん、林さんご夫妻もボランティアに加わりました。14:40、職員バンド「KAWANOBAND」の演奏です。炎天下の座席にみんなスタンパって来ていました。河野所長は始めに「のぞみ共同作業所」の存在をわかりやすいようにステージで説明しました。秦泰博さんの「ひまわりの約束」DISH//の「猫」のぞみブース、Beatlesのレディ・マドンナの3曲を演奏しました。

演奏後も16:00まで出店を続け、ボランティアの皆様にご協力いただきながら片付けを行いました。こんなに暑い中、お祭り参加に協力してくださった皆様に感謝です!ありがとうございました!

ピアサポーターの方が描いてくれたイラストを紹介しました!

大田さん

### ~七夕まつりを楽しみました!~

日時:7月4日(木) 10:30~11:00  
場所:のぞみ共同作業所1階リビング  
参加者総数:8名

笹の葉は、今年も時津町の「社会福祉法人ぶなの会アゲハ蝶」の理事長、田浦様様が提供していただきました。「阪神優勝!」「健康に過ごせますように」「みんなが毎日穏やかに過ごせますように」にそれぞれの願い事が短冊に託されました。河野所長のご長男M君の願い事は「いろんなまのなまえをおぼえます」でした(もしかして親の願い?)みんな手でハンドベルで「かえるのうた」「キラキラ星」「たなばたさま」を演奏しました。河野所長のご実家からアイスの寄付があり、みんなで美味しくいただきました。ゴーヤの成育の状況や、イベントの思い出話など雑談をしながらアイスをいただきました。みんなの願い事が叶いますように!!

田浦理事長

はじめまして!  
実習で8月24日までお世話になります。  
趣味は大学の部活動でもしている茶道で、特技は書道です。よろしくお祈りします!

師範の腕前に皆さん感動!

# 2024年8月のスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
				1 のぞみ会議 ピアトークタイム	2 ※閉所	3
4	5 工賃支給日 11:00~11:30 菜園 運動サークル 黒岩さんDAY	6	7 虹の架け橋 フェスタ	8	9	10
夏季休業 (8/6~8/15)						
11	12 山の日 振替休日	13	14	15	16 ※閉所	17 家族会 のぞみカフェ ピアサロン
夏季休業 (8/6~8/15)						
18	19 菜園 運動サークル	20 ピアサポート (テーマトーク)	21 ピアサポート 当事者研究 カラオケ DAY	22 河野講座	23 ※閉所	24 ピアサポート ちゃんぽん 交流会がある
25	26 菜園 運動サークル ピアサロン	27 ピアサポート (振り返り、 テーマトーク) 黒岩さんDAY	28 手芸MIKI カラオケ DAY	29 手芸MIKI ピアトークタイム	30 ※閉所	31

## ～ 定期活動日程 ～

- 菜園活動 : 毎週月曜10:30~11:00
- カラオケDAY : 毎週水曜13:00~14:15
- 運動サークル : 毎週月曜13:00~14:30
- のぞみ会議 : 隔月1回木曜10:40~11:40
- 河野講座 : 月1回木曜10:40~11:40
- ピアサポートのぞみ : 毎週火曜10:35~11:40
- ピアサポートちゃんぽん : 月1回土曜10:00~11:50
- 当事者研究 : 月2回水曜10:35~11:40
- ピアトークタイム : 隔週木曜13:00~14:15
- 黒岩さんDAY : 月2~3回 13:00~14:15

## お知らせア・ラ・カルト



注目!

- ◆ 8/17(土)のぞみカフェは、スイカをみんなで食べる予定です。参加締め切りは、8/8(木)です。(閉所期間は必ずLINE WORKSでお知らせください)
- ◆ 障害のある人たちが書いて入選した詩にメロディをつけて、選ばれた曲を発表するわたぼうしコンサートに、山口海斗さんが選ばれました!!  
9/1(日)長崎市民文化ホールで13:30開演です。黒岩さんがその入場チケット(前売り2000円)を10枚提供してくださっています。登録者ご本人で希望する方はお問い合わせください。(先着順です)
- ◆ 10月6日(日)、日帰りバス研修旅行に行く予定です。昨年はバイオパークでした。行き先は8月のぞみ会議で話し合う予定です。参加費は有料となります。詳しくは9月号でご案内いたします。

## ～ ピアトークタイム 報告 ～

日時: 令和6年6月6日(木)/20日(木)13:00~14:15  
場所: のぞみ共同作業所1Fリビング  
参加者: のべ13名

6/6 (内容) ピアトークすごろく  
今回はボランティアのオムニアさんが参加してくれました。ピアトークの目玉であるピアトークすごろくをしました。オムニアさんの母国の話を聞いて、利用者さんから「夢のような時間が過ごせました。いい刺激になりました。」や「また参加したい。」といった声が聞かれました。

6/20 (内容) ピアトークすごろく  
今日は8人の方が参加してくださり賑やかな会になりました。初参加の方が2名いました。「とても和んだ雰囲気でもみんなの笑顔が素敵でした。メンバーさんが仲間を思い合っている姿がとても良かったです。」「色んな話が出来ました。楽しかったです。」という感想を頂きました。初参加の方、大歓迎です。お時間のある方は是非、見学でもいいので来て頂けたらと思います。

## 河野講座報告

日時: 5/20(月) 10:40~11:40  
場所: 1階リビング  
参加者: 5名 (うち登録者5名)

発達障害についての話を開示している著名人のエピソードなどを交えながら皆さんで共有しました。「こだわり」や「忘れっぽい」など、特性だけを考えても誰しもが多少なりとも持っているようなことは、共感を得やすいものの本当のつらさへの誤解も生みかねないところが難しいと思いました。(河野)

今月の予定: 8月22日(木)  
テーマ「薬との付き合い方」

## 家族会報告 (のぞみ家族会)

日時: 6/15(土)10:00~11:45  
場所: 1階リビング  
参加者/会員10名、所長 計11名

今月のテーマ「いろいろな障害～発達障害編」  
発達障害という言葉は近頃よく聞きますが、いくつかの種類があって特徴をみると自分も当てはまっている気が出て、境目がわかりにくいなあというのが正直な感想。  
「周囲に発達障害への理解者が増え、当事者に生きやすい環境が整っていく事を望みます」とご参加いただいた方の感想です。

今月の予定: 8月17日(土)  
テーマ「薬との付き合い方」

## ～ 寄贈報告 ～

6月26日~7月25日にいただいた寄付です。お名前がもれていましたらご容赦ください。いつもありがとうございます。

【ボランティア、支援者、役員】  
黒岩さん 寄付金  
わたぼうしコンサート10枚

【利用者】  
Kさん お菓子  
【職員】  
河野所長の御両親 アイスクリーム  
Iさん 寄付金、素麺購入  
N.Yさん 素麺購入  
Aさん 寄付金  
N.Mさん 素麺購入

森さん 刺し子布巾DX 9枚  
ボケビニ用布 沢山!  
美希さん お土産クッキー



## ピアちゃんだより

日時: 6/22 (土) 10:00~12:00  
場所: 長崎市役所2F多目的スペース  
参加者: 24名 (登録者18名、見学2名)

1グループ  
①良い睡眠をとるための工夫  
②気分の浮き沈みを防ぐ方法

2グループ  
①やる気が出ない時の対処法  
②交通ルールを守れない人の対処法

3グループ  
①精神的にきついときの対処法  
②家族(両親)の考え方、自分の仕事について

良い睡眠をとるための工夫や気分の浮き沈み、やる気が出ない、きつい時の対処法などがテーマに上がり、皆さん共通した悩み、課題で活発な意見が交わされていました。テーマを挙げた方から「皆さんの対処法が参考になった。試してみようと思う。」と前向きな感想が聞かれました。(スタッフY)

今月の予定: 8月24日(土)  
於: 長崎市役所2階多目的スペース



## 利用者Nさんの 活動日誌より

菜園日誌

6月報告 活動回数: 5回 参加述べ人数: 8人

【活動内容】  
ゴーヤーの追肥・中耕→つるの誘引等、除草作業、ゴーヤーのネットの調整、人参の収穫、クウシンサイの植え付け、植木の管理 (キクの支柱立て、マツバボタンの植え替え)

【日誌よりピックアップ】  
7/22 (月) 夏休みが始まったのもあって、今日は参加者の方が多かったので、作業がとてもはかどりました。除草作業本当にありがたうございました。ゴーヤーは西側の方は2つほど再び実がつきはじまりましたが、南側の方は実はついていないです。(花は咲いているものの、雄花のみで雌花が咲いていません)



## ～ 運動サークル報告 ～

6月活動報告  
活動回数: 4回 参加述べ人数: 24名  
内登録者のべ人数: 21名)

～ある日の記録～  
のぞみ用のラケットが4本しかないので、交代で、バドミントンを行いました。新しく参加されたIさんも楽しそうにバドミントン、卓球を行ってました。卓球は、台を2台準備出来たので、交代することなく、みんなで楽しく最後まで出来ました。

音楽教室の生徒さん  
家族も参加!



## 商品売上ニュース

2024年5月  
売上総額: 7,328円

はあと屋(浜の町アーク内)  
①アクルたわし × 11  
②お\*て\* × 2  
③メッセージカード × 1  
④お\*て\*詰替 × 8  
⑤刺し子ふきんDX × 5

売上合計: ¥7,278-