

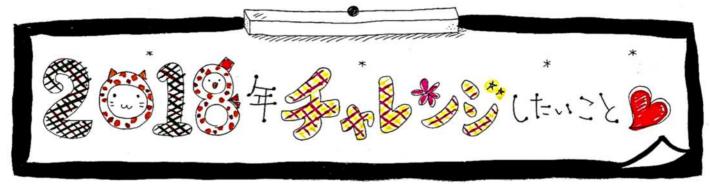


新年明けましておめでとうございます。

昨年も沢山のご支援、ご協力を頂きありがとうございました。

本年 も、利用者にとっても、応援して下さる皆様にとっても、楽しみながら、互いに学び合える事業を展開して いきたいと思っておりますので、今後とも、変わらず、お付き合い頂けますよう、よろしくお願い致します。 昨年は、多くの発達障がいを持つ方の就労支援をさせて頂きました。ご存知の方も多いと思いますが、平 成17年に、発達障害者支援法が始まった頃に比べ、身近に認知される事が多くなったと思います。様々な 特性【発達障がいの代表的なものとして、自閉症スペクトラム症(自閉症、広汎性発達障がい、アスペルガ ー障がい)、注意欠陥多動症(AD/HD)、学習障がい(LD)】を持ち、コミュニケーションに難しさを抱える当 事者達は、独自の世界観の中で、自分の身の周りや世界を見ておられます。故に、私達(発達障がいの特性 の低い)から見ると、独特の物事の解釈をされ、驚くことがあります。しかし、そこには、彼らなりの真っ すぐな正しさがあり、「その通りだ!!」と思う事もしばしばです。抽象的な表現を理解する事が難しい彼 らには、私の表現は、全く何を言っているかわからないものかもしれない。いや、もしかしたら、「そうそ う、あるある」と思って頂けて、"定形発達した者"には、何が言いたいのか意味が全くわからない文章か もしれません。それだけ違う世界に生きてきた。でも、そういった特性を持つ方は、全体の 6.5%とも言わ れるデータがあります。明らかに、マイノリティーの特性を持つ方々は、一般就労する事は、大変な苦労を 伴います。企業にも、本人の特性を理解して頂き、本人たちが働きやすい指示の仕方、環境を作って頂く配 慮をお願いしています。それでも、なかなか理解して頂くのが難しい。とても楽しく仕事をし、環境にも溶 け込めていたのに、会社の方針や人事異動等、大きな変化に適応する事が難しく、精神的に落ち込んで行か れる場合もありました。しかし、独特の物の見方が出来る彼らこそ、それもまた大きな長所で、紬の中で、 他のメンバーさんを助け、到底、受け入れ難い事もさらりと受け入れ、他のメンバーさんの課題が、改善さ れていくという、奇跡的な効果を見る事もありました。一般的な環境、常識に、適応する事が難しいと言う 事は、一般的な閉塞的な環境をさらりと激変させてしまう力を持っていると言う見方も出来るのかなと最近 考えています。本人たちが持つ、特性を最大限に活かしながら、今年も、一緒に将来を夢見て、なりたい自 分に近づいていけるような支援をしたいと思っております。

結びに、今年も、皆様にとって、笑顔はじける幸多き一年となりますよう、心よりお祈りしております。



ドイパギャ

退百

何事も全力で





かいぬのなとり言









対談 私の健康法

いつもは個室で行っている対談ですが、今回は作業場で行いました。通りすがりのスタッフや、作業中のメンバーさんも含め、どんな健康法が飛び出すやら…。メインキャストは信楽の狸さん(30 代女性)、せっちゃん(80 代女性)、スタッフ住野(20 代女性)、当日参加は出来ませんでしたが、事前に健康情報を教えてくださったパピヨンさん(50 代男性)でお送り









せっちゃん→せつ つっつー→つっ のんちゃん→のん と表記させて頂きます。

住野:では、私の健康法について。信楽の狸

さん如何ですか?

信楽:特にありません(笑)

住野:これは食べた方がいいかな?と思って

食べているものとか?

信楽:ないなぁ。せっちゃん!健康にいい事

教えて欲しいぜよ。

せつ:健康にいい事?あんた健康やがなぁ!

信楽: えー! 健康ちゃうでぇー!

せつ:私はうなぎの蒲焼食べて健康やぁ。

住野:うなぎの蒲焼は確かに良さそうですね。

信楽:精力つきそうですよね。健康法かぁ。

何やろなぁ。

住野:ストレス発散にする事とか。

信楽: ん~寝る!

住野:寝るの大事ですね。

信楽:最近、夜遅くまで兼田さんが仕事してるのに、自分が早く寝ちゃうのが悔しいけどね。「悪いな悪いな、兼田さん働いてはるのに寝たら…あぁ~!」っ

て。(笑)

兼田:近々、行政の実地調査が入るためです。 そんなん言ったらみんな寝られへんよ うになるで!

信楽:兼田さんは、何か健康法ありますか?

兼田:食う。飲む。寝る。暴飲暴食。

信楽:あ~なるほどね!

宮川:暴飲暴食は健康法ちゃいますやん!

兼田:やかましな(笑)

信楽:宮川さんは健康法ある?

宮川:ん~ないですねぇ。

信楽:一時期、ヨガとか言ってましたやん!

宮川: やってないしなぁ。あ!このチョコレートは脂肪や糖の吸収を抑えるそう

ですよ。

せつ:あ~美味しい!

住野:今、カバンの中にそれ入ってますよ(笑)

信楽:脂肪や糖は健康に悪いんですか?

住野: 摂った方がいいものではあるんですけ

ど、現代人は摂りすぎるので、こうい

う商品が…。

信楽:元気ない時に甘いもの食べたら元気出

ますよね。

住野: そうそう。

信楽:ん~どうやったら健康になるんかなぁ。

住野:ここで、今日対談に参加できなかった

パピヨンさん説を紹介しますね。

信楽:お~紹介してください!

住野:まずは「コラーゲンを摂る。お肌にいいけど、お金がかかる。」私も実はコラーゲンの粉を家に置いてて、コーヒーとかにちょこっと入れて飲んでます。

信楽:効果の程はどうなんですか?

住野:やっぱり肌綺麗になりますよ。吹き出

物が次の日ちょっと小さくなってた

りします。

信楽:効果ありですね!

住野: コラーゲンは、口から摂っても意味ないって聞いた事あったので、信用してなかったんですけど効きましたね。

信楽:パピヨンさんのメモ、沢山あるようです。

住野:「コンドロイチンの錠剤」

信楽:コンドロイチンって何?

住野:関節にいいそうです。膝の痛みとか。

せつ:膝の痛みか。

住野:せっちゃん膝痛い時ある?

せつ:うん。ある。

住野: そうかぁ! コンドロイチン飲んだらい いかもしれへんねぇ。

せつ:でも、その時その時によって痛い所が 違うもんな。

信楽:あ~肩が痛くなったりとか。

住野:せっちゃん首が痛い時あるよね。

住野:私は寝起きにストレッチをするように しています。目を覚まさせる意味でも。

信楽: ほぉ。あ! 私プール行ってるわ! 冬の プールで風邪ひいたことないかも。

住野:えぇー!

信楽:100%とは言い切られへんけど。

住野: あ~でもあると思いますよ。呼吸も整うし。プールって体に負担がかかりに くいらしいんで。

信楽:うそぉーーん!?

住野:あ、そっか。コーチがスパルタですも んね(笑)

信楽: そうそう。次の日、体バキバキ痛いもん。逆に水の中の方が筋肉使ってるんちゃいますかね?水って重たいし。

住野:筋肉は使うけど、関節とかに負担がか からないらしいですね。

信楽: なるほど! では、またパピヨンメモから健康法を。

住野:「ブルーベリー。目にいい。貧血にも 効くかも。」私、貧血体質なんです。

信楽: 貧血か。

住野: そう。血が足りないのよ…。貧血のサ プリって色々あるんですけど、ヘム鉄 って書いてるやつがいいらしくて。

信楽:ヘム鉄?

住野: ヘム鉄が不足すると、精神的に不安定 になるっていうのを聞いて、 飲むようにしてます。女性は特に鉄分が必要なので。動物性の鉄分がいいみたいですよ。 プルーンとかより、シジミとかから摂る方がいいらしい。

信楽:次から次へと出てきますね。 続いてパピヨンメモからどうぞ!

住野:「サメミロン」サメの油だそうです。

信楽: えー! 今、日本ってサメって捕っていいの?

住野:いいんじゃないんですか?

信楽:サメのどの部分がいいんだろ?

住野: 多分、皮の裏の部分じゃないですかね? サメの肉ってちょっと置いとくとアンモニアが発生して臭いらしいです。

信楽:サメ油とか売ってるのかぁ。

住野:続いてのパピヨンメモ。衝撃の「ミミ ズ。カプセルに入っている。」

信楽:ミミズ!!

住野:「頭痛、解熱作用、血管が詰まっていても通る。お腹にもいいかな?」

信楽: ほんま?ほんま??パピヨンさん買ってるの??

住野: 漢方薬屋さんに行って買ってるそうで すよ。あとウコンも。

信楽:誰か反応したって!ミミズとかウコン とか!

のん:私小さい時、ミミズ飲んだことあります。

信楽、住野:えぇー!!

住野:粉とかになってるんですか?

のん:はい。粉になってて、ぬるま湯か、お 湯に入れて飲んでました。

住野: 葛粮湯的な感じで。

信楽:高かったですか?お値段。

のん:うーん、わかんないです。

住野:お子さんの時ですもんね。

信楽:意外とミミズ、メジャーなんや!

住野: 今度薬局で聞いてみようかな(笑)

信楽: ミミズ飲むくらいやったら CC レモン でなんとかするわ (笑) CC レモン効か へん?

住野:C1000 タケダはよく飲みますね。

せつ:あぁそうか。

信楽:せっちゃん。元気が出るといったら朝 の体操やん!やすらぎ体操!(笑) 住野:信楽の狸さん押しのやすらぎ体操! あれ結構動きますよね。

信楽: そう、かなりハードやねん!

住野:頭も使うし。

信楽: ねぇ。チョキとかグーとかパーの所が 若者でもよう分かれへん。

住野:あれは認知症予防の効果もあるんです かね?

信楽:座っても出来るバージョンのものある

住野:確かに体操ってなかなか一人でしない ですもんね。

信楽:確かに一人ではしないわ。

住野:みんなでやるから、よりいいのかもしれないですね。

信楽:みんなでやったら恥ずかしくないし。

せつ: 恥ずかしくないて言っても、歌いながらなら、どんなやつでも出来る。

信楽: おぉー! どんなやつでもやってくれますか! 今度は何しようかな。もっとノリノリ系の歌で体操しようか(笑)

住野:ラップとかかけてやってみます?

信楽:ちょっと前に流行った…オリエンタル ラジオの…

住野:あー!パーフェクトヒューマン?(笑)

信楽: それそれ!

住野:今、パーフェクトヒューマン振り付き でやりました(笑)

信楽:パーフェクトヒューマン朝の体操でや ろか(笑)

住野:確かに座ってても出来ますね。あ!! そういえば、プロテインを毎日飲んでたんですけど、プロテインって基本冷たい状態で飲むんで、冬場ちょっと辛くて。何とかタンパク質を摂りたいと思って。豆乳に甘酒を入れて、生姜を入れて温めて飲むのがマイブームです。

信楽:色々入ってるなあ。 せつ:やっぱ、色々あるな。

信楽: ほんまやなぁ。そろそろ話まとめてい こか(笑)動くこと、寝ること、食べ ること! みたいな。

住野:うん!欲求を満たすことですね!

信楽: 逆に病気しない人が不思議何ちゃうか?

住野:確かに、気にしすぎたら、逆によくな いかもしれないですよね。

信楽:何か病気してしまったら、病気してしまったで通り過ぎたらええんかな。

住野:ちょっと、どっか悪い位が普通かもしれないですね(笑)

信楽: そうかもしれへんなぁ。だって、こん なん言ったら差別みたいやん。健康じ ゃないとかなぁ。ちょっと位、耳が 聞こえづらいとか、あってもええんち ゃうかな。

住野: その人が、どう思うかなのかもしれないですよね。

信楽:健康じゃなくても、幸せな時だってあ るもん。なぁ、せっちゃん。

住野:せっちゃん、もしもうなぎ食べたら風 邪引くとしたらどうする?食べる?

せつ:食べる!

信楽:好きなもの食べるのがいいかもな。

せつ:うなぎはな、私の好きな人達が持って 来てくださる。

住野:好きな人に持って来てもらったら、 より美味しいね。

せつ:うん。

信楽:好きな人なぁ。深いなぁ。

住野:家で、一人で食べてる時より、紬で食べてる時の方が美味しい気がします。

信楽:一人で食べてたら、イライラしてる事 ずっと考えちゃったりするしなぁ。

長さん:このヒゲは、切らなくていいんですか?

宮川:はい。大丈夫です。

信楽:あ、作業内容です(笑)

一同:(笑)

信楽:健康じゃなくても幸せやったらええん ですよね。

住野:うんうん。

住野:「美味しいものを食べる。」というより は、「美味しく食べる。」

信楽:幸せである事。健康じゃなくても。

宮川:ええ事言いはりますなぁ…

信楽:いや、ええ事言わなあかんねん。 これ録ってるから!

一同:(爆笑)

住野:さすが信楽の狸さん(笑)

住野:…結局、健康って何なんだろう。

信楽:いや、答え出ましたやん(笑)

健康じゃなくても、幸せである事が大切。健康にこだわり過ぎない。

せつ:どっちでもええわけや!

信楽:心が豊かである事。好きに生きられ てる事。

住野: それが、健康っていう事ですね。

せつ:うなぎの蒲焼、あんたらにあげる。

住野:おー!人にあげちゃえる!

信楽: これが幸せ。せっちゃん、幸せですも んね?

せつ:幸せですもん。

住野:良かったぁ。

信楽:幸せな人と一緒におったら幸せになれる。

住野:幸せって移りますね。

せつ:幸せな人達はな、うなぎの蒲焼食べん か?って言う。

住野:幸せの象徴。「うなぎ」

一同:(笑)

信楽:紬の猫にとっての「かつおぶし」みたいな。

住野:家出娘の福ちゃんも、帰ってくる。

信楽:最後に、作業してるみんなにも聞いて

いく?「これがあったら幸せ」

住野:長さん。如何ですか?

長さん:せやなぁ。お金はないとあかんなぁ。

宮川:確かに。お金は必要ですよね。

信楽:のんちゃんどうですか?これがあった ら元気になるなぁってものある?

のん:シュークリーム!

宮川:いいですねぇ!つっつーさん。「これがあったら幸せ!」何かありますか?

つっ:え!?(作業に集中していてビックリ するつっつー)うーん。

長さん:「愛」なんて言うなよ~(笑)

つっ:うーん…

せつ:彼氏がおったら幸せ。 つっ:うーん美味しいお酒!

住野:あ~確かに!

宮川:笑顔があったら幸せ! 信楽:私は…自分の時間やな。

住野:自分の時間大事ですよね。私、お酒も そうですけど「美味しいおつまみ」が

あったらなお良しですね。

せつ:美味しいわな。

住野:せっちゃん何があったら幸せ?

信楽:…さっき彼氏って言ってませんでした

っけ? 一同:(爆笑)

せつ:やっぱり鰻の蒲焼やな。

住野:鰻の蒲焼があったら幸せ!

せつ:鰻の蒲焼、みんなにな。

信楽:最後に…みなさんの健康法があったら

教えてください!

住野:はい!では、これで終わります

《ご寄付・賛助会費のお願いとお礼》

沢山の方よりご寄付、賛助会費を頂き、誠にありがとうございました。皆様の温かいお気持ちを頂き、 感謝の気持ちでいっぱいです。メンバーさんの支援の為、必要な物や法人の活動の為に、大切に使わせて 頂きます。

法人が設立して4年が経ちました。地域の方に温かく見守られながら、メンバーさんの夢や希望を実現していく場所を守り、さらなる事業を発展させていく為にも、まだまだ資金が不足しています。

今後とも皆様の温かい、ご支援とお力添えを頂けますようよろしくお願い申し上げます。

- ・八尾市社会福祉協議会善意銀行を通じて匿名寄付1名
- ・匿名でのご寄付、賛助会費を頂いた方9名
- ・ご寄付、賛助会費を頂いた方のご紹介

浅野 治子 様、市川 緑 様、郭 春生 様、高岡 敦 様、徳光 薫 様、仲川 真紀 様、

福田 瑠美子 様、森崎 慶子 様、山口 育子 様、吉永 いち 様、

医療法人 永広会 八尾はぁとふる病院 小野 仁之 様

医療法人 清心会 地域活動支援センター ちのくらぶ 様



新スタッフ住野さんの紹介



改めまして... 住野ニゆき(ギリギリ20代)です。 大阪医専の学生です。好きなものは猫とピールと日本酒。 特技はトローンの操縦です。 (犬も好きですよ) 組ではたくさんのことを学ばせていただいています。



愛袖 アンリ君(オス・4才) スコティッシュフォールト? ビビリの食いしんも方です。 今後ともよろじく お願いいたします。

ある日のお昼ご飯

毎日、日替わりメニュー1食300円で、栄養バランスの良い昼食を作っています。



かぼちゃコロッケ 人参と揚げの 味噌汁 キャベツの 塩こぶ和え



ケチャップライス チキンソテー かぼちゃサラダ キャベツとハムの ミルクスープ



さんまの塩焼き 茄子と揚げの みぞれ煮 けんちん風汁



チャーハン 菊菜と豚肉の 炒め物 豆腐の味噌汁

新商品の紹介

寒い冬。あったか毛糸の商品取り揃えております。気持ちもほっこりする紬の編み物商品。 アリオ八尾 2 階のええショップいろどりさんにて販売しています!



毛糸のお花ピン 400 円

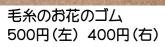






鏡餅<ま 500円(左) スノーマン500円(右)

ミニ張り子ストラップ 350円



ねこカレンダー2018好評発売中!!





ねこカレンダー2018をご注文頂き、誠にありがとうございます。

カレンダーは、紬で印刷をしているので、メールや FAX にていつでもご注文を承ります。今年のカレンダーを買って無い方、新たに必要な方、どしどし、ご注文お待ちしております。

メールアドレス、FAX 番号、料金の振込先は、10ページに記載しております。

しおちゃん日和











行 9 人 9

年

9月3日

第三種郵便物承認

月

1

. 2

2 6

日

.西障害者定期刊行物協会

大阪府大阪市天王寺区真

田

山.

東 東 興 ビ 8

ル 4階

定価10円

2018 言章宣称写



。昨年はお世話になりました。 。今年も 宜しくお願いします。







14014

eimy:赤目レクの写真をいっぱい撮りました。 それをまとめると、さらに楽しかった記憶が蘇り ました。おでかけの気分がみなさまにも届けば、 嬉しいです ❤

編集後記

Sola: お正月がとうとうやってきました。 紬の皆の想いがつまった一冊となっております。 2018 年の始まりのお供に、ぜひ!!読んで下

宮川:あけましておめでとうございます。

さいませ。

対談「私の健康法」を編集しておきながら、扁桃腺をこじらせ人生初の入院。多大なご迷惑をおかけしました…(もうすっかり元気です!)自分の身体大切にしなきゃ…と思い知るこの頃です。

編集人:NPO法人ロータス編集部

Yojyo hands

住所: 〒581-0072

大阪府八尾市久宝寺3-1-22

TEL/FAX:072-992-0225

メールアドレス tsumugi1210@pa3. so-net. ne. jp

ホームページ: http://lotus. nyanta. jp/

賛助会費、ご寄付振込み先

お振込み先:ゆうちょ銀行

口座名:特定非営利活動法人ロータス

□座番号:00910-4-305976

□座店名:○九九店(099)