

1991年9月3日 第三種郵便物承認 毎月(1・2・3・4・5・6・7・8の日)発行



あけましておめでとうございます。年明け、いかがお過ごしでしょうか？

まだ手放しに安心できない生活の中でも確実に時間は流れていくのですね。その中でも静かにいろんなことが変化していく、息をひそめるように生活しているようでも、自分の身の回りで大きな変化を体験した方も多いのではないのでしょうか。生きていけばこそ悲しいこと、苦しいこと、嬉しいこと、楽しいことが、目まぐるしく好むと好まざるに関わることなく、移り変わってゆきますね。それでもなんとか1日1日を自分なりの方法でやり遂げていく。一年間を振り返ると、日々の変化は小さくても大きく進歩、成長したと気づくことも多いのではないのでしょうか。精神障害を持つ方を日々、支援させて頂いて「自分は無力だ」「何もできない」「なぜ健常者と同じように出来ないんだ」「いつまでこんな苦しみの中に居続けたいとイケないのか」と絶望感と自責に押しつぶされそうになりながら、必死に踏ん張ってなんとか這い上がろうと、日々頑張っている方々がたくさんおられます。でもその方々も1年2年前と比べると、全く自己表現できなかった方が他者と、とても良好なコミュニケーションを取られるようになっておられたり、体力、気力に全く自信がなかった方が、毎日通所され、就職されたり、障害がありながらもスキルを上げるため、職業訓練や技能講習に参加されたりしています。自分に誇りが持てるようになり、未来を夢見られるようになったのに…。精神障害を開示しての就職活動では、なかなか面接にさえ至らない現実を突きつけられたりもします。疲れやすかったり、敏感な部分はあるが、誠実で真面目で優しすぎる方がほとんどだと感じます。

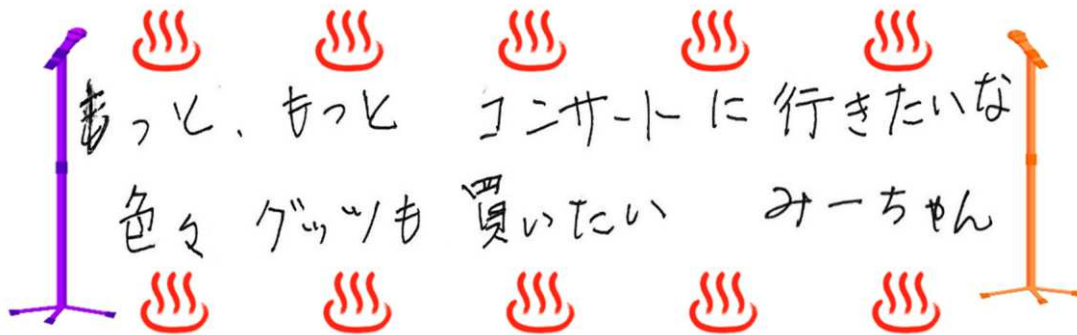
強く優しくなることが理想だけど、何度も何度も傷ついて、ただただ優しくなる人と、傷つけられても平気になる人がいる。それは"強さ"だろうか？そこには強くなるリスクがある。きっと傷つけることも平気に無自覚になるのかもしれない。それはとても幸せから遠い。自分が傷ついていることにさえ気づかないのかもしれない。

どうか優しさを忘れないで、思いやりを忘れないで欲しい。是非、精神障害を持つ方と一緒に働いてほしい。仕事の仲間として認めてほしい。いつも真剣に、日々を生活している彼らから、私たちが大切なことを気づかされるのがたくさんあります。

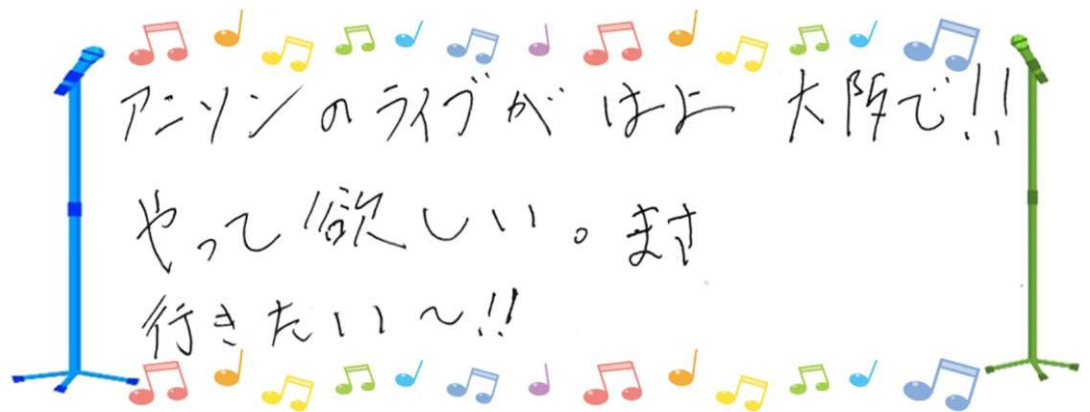
どうか今年は、自分の夢や目標に近づこうと努力する人たちが、一步でも近づくことができますように。私も次の夢に向かって、一步ずつ着実に進んでいきたいと思っています。

末筆ながら、皆様にとって今年が幸多き一年となりますように。

NPO 法人ロータス 理事長 公認心理師 弘 瑛美子



川緒



私の趣味紹介しま〜す

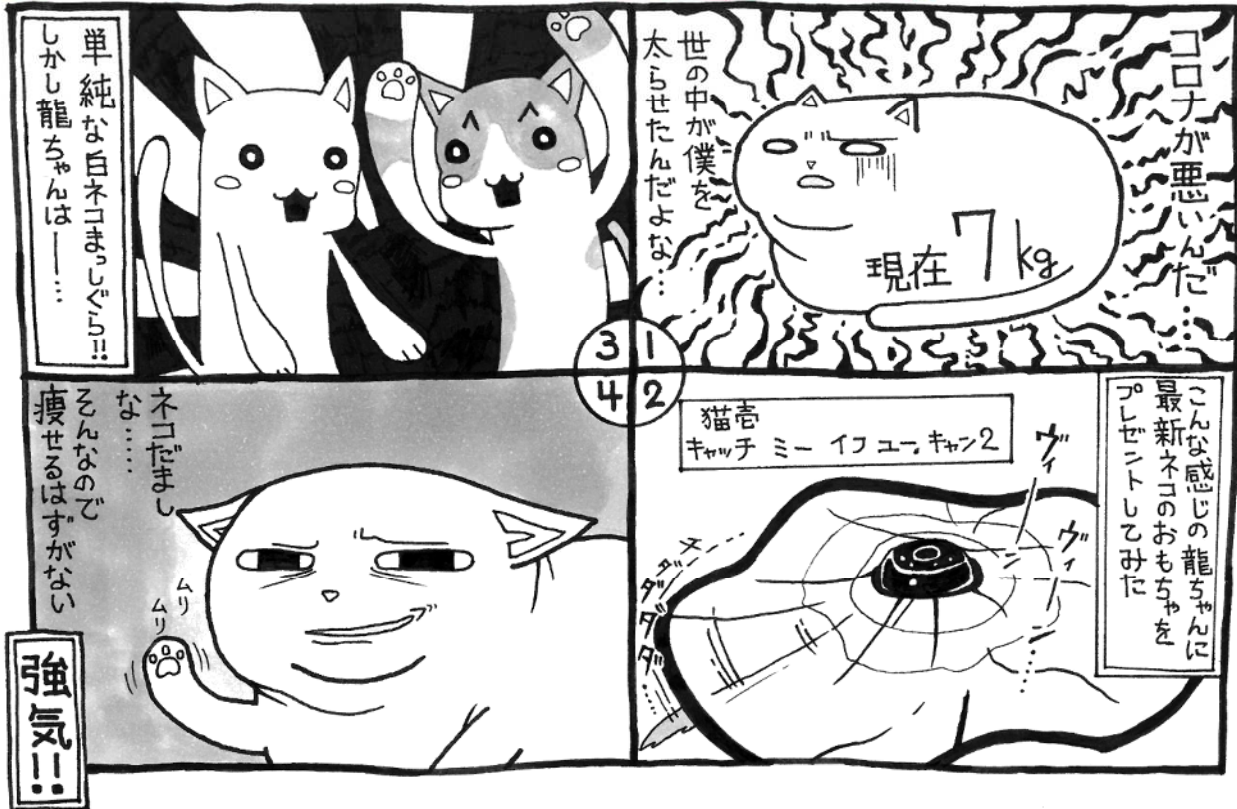
先日、宝塚歌劇、宝塚 OG 講演『Greatest Moment』を観劇してきました。私の青春時代の劇中歌、ショーの歌、ダンスシーンが盛り沢山の 2 時間半でした。花組、月組の結成 100 周年のお祝い演目です。JAZZ、シャンソン、タンゴと様々な楽曲で繰り広げられるオリジナルショー。出演者が組を超え、歌い踊る名シーンの数々。レジェンド(オールドファン)達にはたまらん講演でした。どのシーンの歌やダンスは、口づさめる物で、客席で体をゆらしている自分にビックリ!! 隣で一緒にいた姉は、休憩中に「あんだ、はまりすぎや」と笑いながら言われました。

私の推しメンは、瀬奈 じゃんさん、彩乃 かなみさんです。中でもお気に入りのは、ミュージカル『ME AND MY GIRE』と、ショー『Apasionado!!』の 2 つ。帰路ずっと、♪アパシヨード、アパシヨナードと頭の中がぐるぐると回っていました。

はあ〜、宝塚は止められない、私なのだった。

(by ミーミル)

ある日のにゃんごさん by 信楽の狸



ある日のお昼ご飯

毎日、日替わりメニュー1食300円もしくは、200円（値段の違いは、主菜の量の違いです）で、細のメンバーさんに栄養バランスの良い昼食を作っています。似たようなメニューにならないよう、和洋中のお料理で定番から、初挑戦まで、今日は何かなと楽しみにしてもらいながら、毎日作っています。（ブレンダーを購入し、野菜をペーストして、スープが作れるようになりました。）

	<ul style="list-style-type: none"> •鯖の塩焼き •小松菜とカニ カマのお浸し •大根の味噌汁 •きのこの 炊込みご飯 		<ul style="list-style-type: none"> •八宝菜 •もやしときゅうりのナムル •わかめの味噌汁 •ご飯
	<ul style="list-style-type: none"> •ベーコンとしめ じのペペロン チーノ •ほうれん草の スープ •パン 		<ul style="list-style-type: none"> •鶏団子とチンゲン菜のあんかけ •黒豆 •豆腐の味噌汁 •きのこの 炊き込みご飯
	<ul style="list-style-type: none"> •親子丼 •冷奴 •そうめん節の 味噌汁 		<ul style="list-style-type: none"> •ふろふき大根 •黒豆 •竹輪とキャベツ のスープ •鶏とごぼうの 炊込みご飯

プチ旅日記 ~ てんてんと candy のプチ旅対談 ~

プチ旅日記 「リレー始まりま〜す!と〜も〜! てんてん&キャンディです!

僕達は、自転車の楽しみ方や、どんな所に行くか、今後の企画について話す為に近くのみすどに来ています。

てんてん:「キャンディさんは自転車で旅をする時に、
どんな所に行きますか?」

キャンディ:「僕は遠い所だと、最近京都に行きました。」

てんてん:「へえ〜、結構遠くまで行かれるんですね。
大阪市内だと、どんな所に行かれますか?」

キャンディ:「ユニバの近くの船乗場から、船に乗って天保山まで行ってきました。」

てんてん:「船に乗ってですか!? 何しに行くんですか?」

キャンディ:「夕日が見たくてですね。お兄ちゃんと話している時に昔行った時の事を思い出して見たくったんです。」

てんてん:「そうなんですかね。キャンディさんの天保山から夕陽が見れるお勧めスポットはどこですか?」

キャンディ:「海遊館の近くにある船の棧橋辺りですかね。」

てんてん:「機会があれば行ってみます。自転車の良い所ってどんな所ですか?」

キャンディ:「時期によっては、季節を感じられるところですかね。」

てんてん:「御堂筋とか、今イルミネーションが綺麗ですもんね。」

てんてん:「これから僕とキャンディさんと、プチ旅日記をやっているという話がありまして、細から 1000~2000 円ほどお小遣いが頂けるそうなんです。」

キャンディ:「おお〜! 楽しくなりそうですね。」

てんてん:「キャンディさんなら何します?」

キャンディ:「仕事が休みの時を使って、ランチなんかを食べに行こうかな。ネットで調べて美味しそうなお店を探したりして。でも旅先で見つけれたらいいかな。」

てんてん:「いいですね。この時期は寒いからラーメンなんかいいですね。」

キャンディ:「ちょうどラーメン食べたかったので、行きたいと思います。」

自転車旅の話も弾み、ドーナッツを食べていると、キャンディさんの飲んでいるものを見て、以前作業中にキャンディさんがキューピットという飲み物の話をされていたのを、思い出しました。キューピットは、コーラとカルピスを混ぜた飲み物で、昔キャンディさんとお父さんが喫茶店に行った時に教えてもらったメニューらしく、キャンディさんのお父さん世代では流行った飲み物との事。

メンバーさん達に聞いても、誰も知らないようで、キャンディさんの話では昔ながらの喫茶店なら注文が通るとの事。

その話が本当か気になり、後日、東大阪にある古くからやっていそうな喫茶店に入り、注文してみる事に。「すみません、キューピットを一つお願いします」

店主さんは不思議そうな顔をして「兄ちゃん何やのそれ? おっちゃんわからんわ」と言われ説明するが、知らないとの事。今度は、新世界うへんの古い喫茶店で挑戦してみようかなと思います。

今回は、キャンディさんのプチ旅日記です。どうぞお楽しみに!

(てんてん)

《 ご寄付・賛助会費のお礼 》

沢山の方よりご寄付、賛助会費、柿、大根、柚子、いちご、みかん、クリスマスケーキ、お菓子を頂き、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、大切に使用させていただきます。

法人が設立して8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きますようよろしくお願い申し上げます。

- ・ご寄付、賛助会費を頂いた方：市川 緑 様、合田 さやか 様、合田 淑子 様、菰淵 緑 様、末永 修子 様、高岡 敦 様、甫田 知彩樹 様、森崎 慶子 様、山口 育子 様、吉永 いち 様
- 医療法人清心会 八尾こころのホスピタル 様、株式会社アカツキ 代表取締役 山形 喜久 様
- ・匿名にて、ご寄付、賛助会費を頂いた方：13名
- ・クリスマスケーキ、みかん：佐竹食品株式会社

新商品紹介



オープン粘土
ブローチピン
300円~500円

アニマルブローチ
400円



羊毛フェルト
にゃんこ
雪だるま
400円

バザー・イベント報告



2021年12月9日(金)10日(土)

ひゅーまんフェスタ

今回は、いつものプリズムホールから八尾市生涯学習センター「かがやき」に場所を代えての開催でした。

参加された利用者さんからは、「来場者が多かったかな、どうやったかな・・・?しかし、時間もすぐに過ぎ楽しかった」と話されてました。

2021年12月16日(木)八尾市役所地下1階手芸品販売

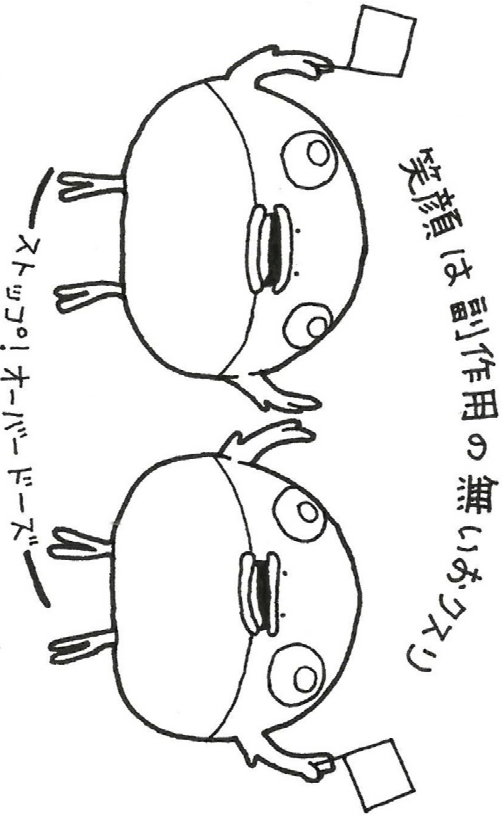
サンタの衣装を着て、クリスマスの雰囲気の手芸品を販売しました。機関誌で案内をしていた事もあり、遠方から駆けつけ、商品を買って下さる方や、市役所に用事で来られた方が足を止められ、紬の商品を見て買われて楽しく販売が出来ました。

コロナウイルスが流行り始め、イベント・バザーの参加機会が激減しましたが、少しずつ参加の機会が増え、手芸品の販売が出来るようになりました。この状況下でも、紬のブースに足を運んで、商品を買って下さり、本当に感謝しております。

利用者さんからは、「早く大判焼きも焼きたいね。バザーに参加したと実感が湧くし、大判焼きも食べたいし・・・(笑)」との声も。

紬では、バザー・イベント参加時は、大判焼きを焼いたり、子供向けに射的もします。そういう機会がありましたら、是非、お声がけ下さい、大判焼きを焼きに行きます。

信楽の狸さんが、こんな付録を作ってくれました。
是非、切り取って使ってみてね。



※切り取る際はご注意ください

②タニホリ

＊ 笑顔貯金 ＊
＊ おお 笑顔 ＊

笑顔貯金をはじめよう!

「自分のココロが好き」「〇〇はできました!」「ワクワクした!」...など言評価
できると1日1ポイント付けてあげよう。

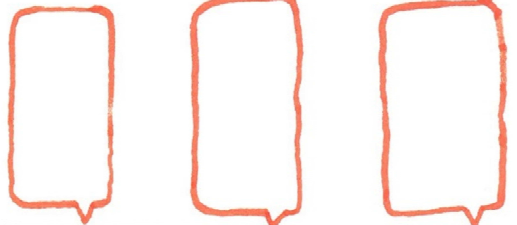
10ポイント貯まるとタニか自分にごほうびを。

毎日、検温したり、食べれることもすばらしいことです。

振り返ると自分はこんなに魅力があっただと思えるはず☆

自分の好き!を書いていこう

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10 ごほうび あげてネ!
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20 ごほうび あげてネ!
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30 ごほうび あげてネ!



②タニホリ

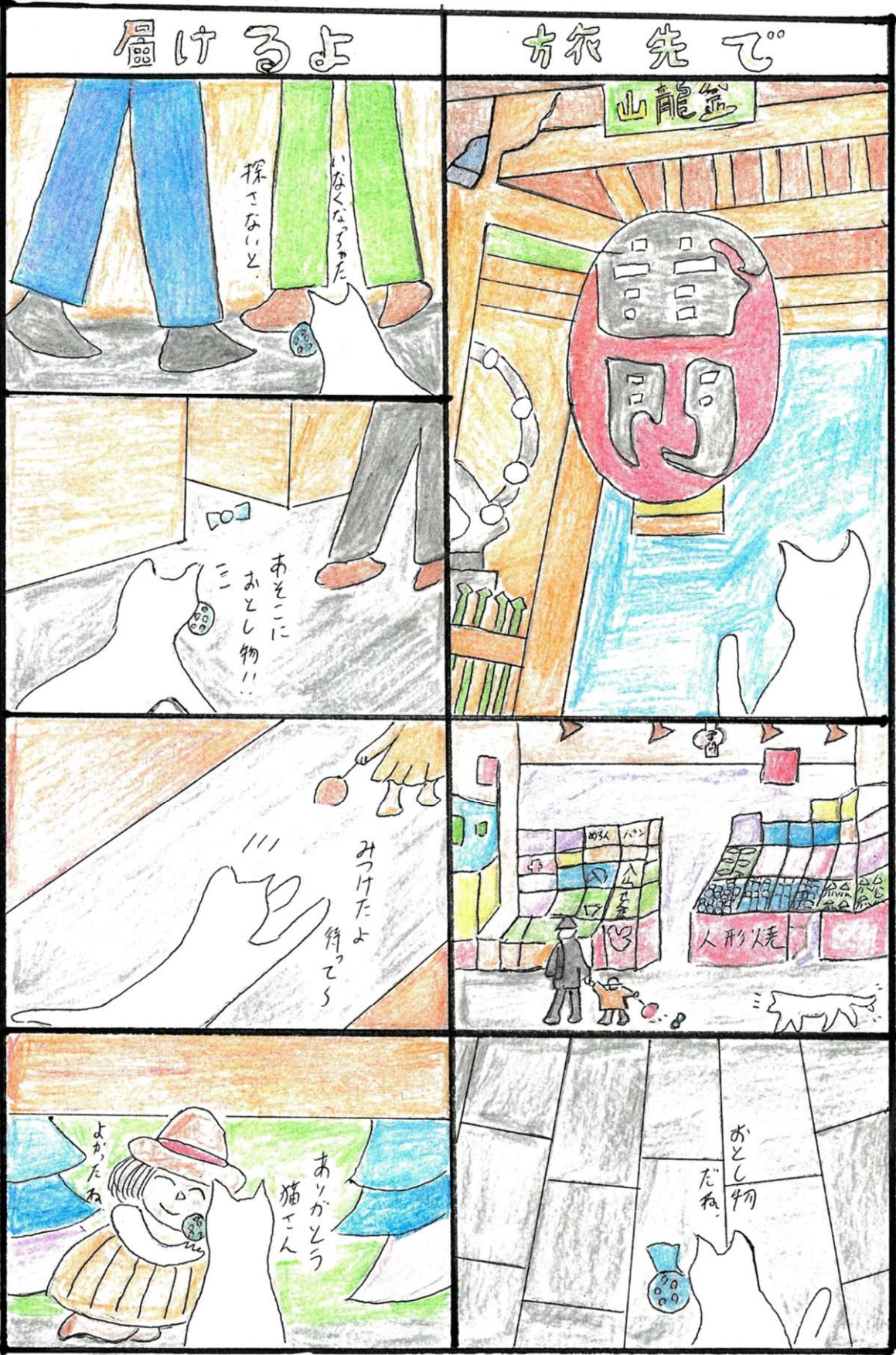
1991年9月3日 第三種郵便物承認 毎月 (1・2・3・4・5・6・7・8・の日) 発行
 発行人 関西障害者定期刊行物協会 大阪府大阪市天王寺区真田山町2・2 東興ビル4階 定価10円

編集後記

寒い日が続く日々になり、白い息を吐き、自動販売機で暖かい飲み物を買って、手に握って飲むと、自然とホッとする感じがします。(Oceady)

盛りだくさんのクリスマス会も無事終わり、美味しい料理とお酒と出し物で、盛り上がりました。恒例の男性スタッフによる女装は、年々グレードアップしてようである。美しいと評判でした。(カニ味噌河童)

昨年は、『蓮の上の猫』を読んで頂き、誠にありがとうございました。今年も、楽しく癒される、伝えられる機関誌を作ります。今後ともよろしくお願い致します。(ノリ緒)



賛助会費、ご寄付振込み先
 お振込み先: ゆうちよ銀行
 □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)

編集人: NPO法人ロータス編集部 Yojoyo~Hands
 住所: 〒581-0072 大阪府八尾市久宝寺3-1-22
 TEL/FAX: 072-992-0225 (オーニャーニャンコ)
 メールアドレス: tsumugil210@abelia.ocn.ne.jp
 ホームページ: http://lotus.nyanta.jp/