



指定障害者福祉サービス  
**遊心工房はあなたの生活を応援します**  
～共に悩み、共に幸せになるために…～

就労支援B型事業所

**遊心工房**

**機関紙**

**2023年5月発行**

【第二作業所】 航路

【第三作業所】 なないろ（発達障害をもつ女性のための作業場）



## NEWS

**2023年4月、福山市に  
グループホーム「J's（じえいず）」オープン!!  
2023年7月に島根県松江市に  
就労継続支援B型「あっとほーむ」オープン予定!!**

遊心工房の理念に賛同して下さった代表の方々が各地に  
「安心安全な居場所づくり」を目指します!!

### グループホームJ's

依存症や発達障がいなど生きづらさを抱えた方の自立支援を目的とした女性だけのシェアハウスタイプ。アルコール依存当事者であり、ASK認定飲酒運転防止インストラクター・依存症予防教育アドバイザーの資格をもち、元遊心工房スタッフでもあった上堂蘭さんが代表を務める専門性の高いグループホームです。



### 就労継続支援B型

#### 「あっとほーむ」

島根県松江市駅周辺に  
オープン予定の事業所です。  
(詳細はまたお知らせします)

# 作業風景



ボルト組立

作業の一部をご紹介します。(詳しくは裏面)

遊心工房では、単純な作業、細かい作業、体を動かす作業など自分に合った作業を選び、一日のうちに、何種類もの作業を組み合わせてもOKです。

人の多さが苦手な人は作業場所も選べます。



ごぼう茶製造



封筒のり付け



タオル折り

# レクリエーション



## ・防災ご飯作り・



アルファ米も食べました!!  
おいしかったです!

ポリ袋に白米を入れて  
鍋でふっくらご飯が炊けます!!



## ・遊心夏祭り・



スーパーボールすくい



射的ゲーム



みんなで童心に帰って  
楽しめました!!

## ・花見・



福山城に行ってきました!!  
天気もよくて、桜もきれいでした。



# 家庭科部

月に1回メンバーの気になる  
おいしいものを作ります  
いろんな国の料理や  
スイーツ作りを楽しんでいます



あざりと豚肉の蒸し煮



ポトフ



おやき風あんぱん



きのこの炊き込みご飯  
とん汁

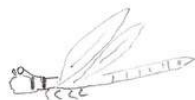


チキンティッカマサラ



桜餅

## メンバーコラム



こんにちは。2018年の5月から遊心工房に通い始めたS・Mです。

今回も私が今まで図書館から借りてきた本の中の一冊を簡単に紹介します。

「講談社学術文庫：万国お菓子物語：吉田菊次郎」という世界のお菓子を紹介した本です。気になったお菓子があったら、ネットで調べたら作り方が出てくるかもしれません。

気になる人は、図書館で借りてみてください。



## 所長のコラム



### “カラダの声を聴け”

ポジティブ（肯定的・積極的・楽観的）であろうが、ネガティブ（否定的・消極的・固定的）であろうが、人間は、動物は、植物は、生きとし生けるものは、“偶然の時”を刻んで生きている。そこに因果関係があるように思えるのは脳のしわざであって自然の真実ではない。私たちは偶然（たまたま）生まれ、偶然（たまたま）に生きて、偶然（たまたま）死んでゆく。全てがなるようにしかならない運命である。

病気や障害も“たまたま”である。誰も望んでそれを抱える人はいない。人間一寸先は闇。言ってみれば異常事態と常にとりあわせにいる。その異常事態の原因をつきとめようとする作業が横行しているように思われる（なんでもかんでも発達障害）のだが、それは不毛である。原因にはいくつかの主なものと、付加的なものが無数に存在する。それよりもどう適応していくかが生きる命題であろう。「適応は“馴れ合い”である。不適応は“ぶつかり合い”である。」（神田橋條治）その適応の作業は心身に負担をかける。

過去には戻れない。未来は予測できない。そんな今を生きなければいけない私たち人間にとって、カラダは正直である。今を教えてくれる。

それにはまずカラダの声（教え）を聴かなければならない。これは生き物として一生続く日々の作業であろう。ちなみにカラダは常に安定した一定の状態を保とう（恒常性・ホメオスタシー）と努力しているわけで、そのエネルギーとして自然治癒力とか免疫力というものがある。

とにかく、まずは、カラダの声（教え）を聴くこと。

それが何より健康の秘訣である。

## ギャグ&ダジャレ

ミツカンのお酢が見つからないっす  
バットをシュバッと持ち上げた  
林道に竜胆の花が咲いている  
廊下で作業すると老化が進む  
ゴミステーションでゴミ捨てしよん？  
素行が悪いんでそこが割れました  
キューティーハニーに休憩は無い

悪あがきはきがあるわ

1番絞りが一番渋い

ワンダーランドに腕だらんと

日光撮るならニッコールレンズだね

卵の黄身と不気味みな君

A「インターハイでいいんだあ？」B「はい」  
ガラスとはガラスが薄く透けて見える服である

ウォルナット材に夜ナットを置く

シンドバットの帽子から汁バット

今日寒いね、おさむ君もお寒いってさ

座ってスーパ吸われん

高架下の高級な校区の後継者の高校生

形のない画家たち

料理本で母の料理がリポーンした



# 2022年度 (2022年4月～2023年3月) 就労実績

一般企業の就労 【1名】  
A型作業所 【2名】

## 遊心工房はこんな作業所です

安心、安全な環境を提供します。

困ったこと、悩み事など、スタッフにいつでも相談できます。

日常生活でどう行動し、どう考えたら生きやすいか一緒に考えていきます。

### 【作業】

- ・ごぼう茶製造： 自社製品です。  
ささがき、焙煎、パック詰め  
すべて手作業で行っています
- ・組立作業： ボルトにナットを付けたり、  
プラスチック製品を組み立てます
- ・タオル作業： タオル折り、袋詰め、シーラーかけ
- ・名刺作業： 名刺に点字加工をする、名刺のデザイン
- ・書類梱包作業： 書類を封筒に入れ、のり付けをして封をする
- ・地域無料情報誌配布、広告配布
- ・布小物作り、布ものお直し

### 【家族会】

- ・家族会：【日時】第1土曜日 10:30～12:00 (遊心工房3F)  
病気や障害をお持ちの方を支えるご家族の悩み相談など  
様々なことについて気軽に話し合える場として  
またご家族の方たちの交流の機会として行っています。

### 【なないろ】

- ・発達障害の女性の会  
【日時】第1、第3土曜日 9:00～12:00 (電話相談)  
第2、第4土曜日10:30～12:00 (第3作業所なないろ)  
女性だけの会です。女性同士でいろいろ語り合しましょう。  
フリートーク、本の読み合わせなど週ごとにいろいろやっています。  
この日は、遊心工房利用者以外も参加できます。

### 【川崎医療福祉大学 医療福祉学科教授 長崎和則先生主催の会】

- ・長崎塾：【日時】毎週火曜日 19:30～21:00 (遊心工房2F)  
援助とは何か、ソーシャルワークとは何かを学びます。  
ソーシャルワークにかかわる本を読んでいます。
- ・当事者研究会：【日時】第4日曜日(変更の場合もあります)  
13:00～16:00 (遊心工房2F)  
精神障害を持つ当事者が自分自身のことを研究する会です。  
どうにもならない自分を他人事のように研究します。  
合言葉は「自分自身で、共に」「無責任で行こう!」

### 【活動】

こんなことがしたい!!という  
アイデアは随時募集中です。

- ・家庭科部  
月1回、お菓子や料理をメニュー決めから買い出しまで  
みんなで考えみんなで作ります。  
わいわい楽しんでいます。
- ・音楽部  
月1回、ハードロックやJAZZ、POPSなどを聴きます。  
音楽好きが集まって楽しんでいます。楽器演奏も  
時々やります。
- ・園芸部  
屋上で季節の野菜をつくります。
- ・レクリエーション  
月1回、季節折々の催しをしています。  
(お花見、バーベキュー、宝探し、夏祭り、忘年会など)
- ・ラジオ体操  
毎日のお昼時、ゆるくラジオ体操をしています。
- ・遊心「こわれない」ためのおしゃべり会  
月に1回、困りごとやしゃべりたいことを  
みんなで話しています。
- ・ミニ講演会  
みんなのリクエストでテーマを決めます。  
(これまでLGBTQ、依存症、統合失調症についてしました)
- ・なないろ所長を囲む会  
みんなのリクエストでテーマを決めたり、  
その時に気になっていることを話します。  
囲む会なので話をしたり、ボードゲームなどしています。

### 【お問い合わせ】

遊心工房・航路・なないろ

〒720-0046

福山市今町1-18天尚堂ビル2,3,4F

(事務所は4階です)

TEL/FAX : 084-923-2024

HP : <http://jiyukan.org>

Email : [jiyukanyushin@gmail.com](mailto:jiyukanyushin@gmail.com)