

# もずホームが竣工しました!



人は 誰しも  
暮らしていきたい町 があり  
過ごしていきたい家 があり  
ともに在りたい人達 がいいます

— 住み慣れた町でずっとくらししていきたい —  
障がいをもたれた多くの方々が、その願いを実現するためのひとつの答え、それがグループホーム事業の推進です。  
皆様の多大なるご協力の下、この度、当法人として8つ目の生活拠点『もずホーム』を堺市北区に誕生させることができました。平成28年度より、1階5名、2階5名、計10名の男性ご利用者様が家族を離れ、新しい暮らしにチャレンジします。  
今後もグループホーム事業推進へ、是非とも皆様の温かいご理解とご協力をお願い申し上げます。

**社会福祉法人こころの窓は新しいグループホームの整備を積極的に進めて参ります。皆様のお力添えをおをお願い致します。**

**グループホーム事業の推進にご協力ください。**

### 寄付金の振込先

◇(口座記号) 00920-8 (口座番号) 235259  
◇(名義) 社会福祉法人こころの窓  
フク)ココロノマド

◆◆ご寄付は本部事務局でも承ります。  
また、賛助会費用の別紙払込取扱票もご利用頂けます。◆◆

●機関誌の由来について  
機関誌の名称「ココロ・ノマド」は、ココロとノマドに由来しています。ココロはその字のとおり「心」です。ノマド(nomad)は「遊牧民」という英語です。ココロ・ノマドというネーミングとロゴマークには、「わたしたち皆が、お互いに物理的、制度的、心理的な様々なバリア(障壁)から解放された、心の豊かな自由の民でありたい」という願いが込められています。

るど福合意しに 寄者整制で中 と動いれべ段すが障し政  
例を反祉福でて基しせや備定して批い出故る | を 。あがま府 →  
を得映部祉ま、づかま関し等は准う来によタ登足るいしは障  
あまさ会法と当くしし係たのが早はもなみう | れのとのた2害  
げせれののめ事3、た団上日、い1のいんにをなうな。0者  
まんで提骨ら者年障。体で本障方4でのなし設い自たい障1権  
す。い言格れや後害 はの国害で1すはとま置の由わ人が4利  
と なーにた関の者 大批内者は番。不同ししでなれとい年条  
、 いに関一係見総 き准の差あ目 可じよてあ方た同の1約  
同法 言ほる害達し支 期、制解ま世 ずう、車ば駅約のるにを  
のわと総者の、援 待当度消せ世界 よに障にエので権人批日  
3 ざん合総総そ法 を事を法んの、行が乗レ階 利は准本



社会福祉法人こころの窓  
理事長 浦郷 津留子

## どうなる障害福祉の今後

に限導 背人會し民行 ぜ 必社  
よの入平景格福た間政昭 必要会  
るなさがが祉。資の和 要な福  
普され1あ活法そ源資戦 祉の  
遍 |、2り用人のの源後 の社  
的ビ措年まさ | 受活はの 法  
なス置にしれとけ用不荒 。人  
サか制はたい皿が十廃 の制  
 | ら度介。とうと求分し 論  
ビ保と護 い特しめでた 点改  
ス険い保 う別てらあ時 正  
へ制う険 時な | れり代 は  
と度制が 代法社ま、に な

とを他一助さ供述にるしるの厳見部方対生が担年  
し踏制こ金れ体べ向。い、国し直の針しきいの強の  
てま度れがる制てけ一議今費くし談でてるの強の  
いえとは支屋加いて平論後はなにをす負為あ化見  
まての時給食算ま更成がは1るつ引。担にるす直  
す：バ限さ費とすに3必財兆一用あ金絶人るし  
。、ラ的れにい。検0要政円方てするを対がとの  
検ン措て対う加討年に面をで、れ厚強必誇あ中  
討ス置いし施えにのなも超、国ば生化要りり  
すやでまで設てい報っ含え障の3労すなをま利  
べ公あす一で食く酬てめて害財年働る支持す用  
き平りが定提事 | 改いたい関政後省と援っ。者  
 | 性、補供提と定 厳 係がの幹のにて障負

上と いを ますのら域 れ源には人 もなと認公し制 補課課 い遇こさにこ大  
げごあた大 → せいで障て削し、にしのくの識的で度社助税税法てにこれよれき  
ま支ない切人 んてて仲がい減て福対かと法論等法のの会金、で人きつかるるにな  
す援たとにが。いい間いま論減祉しし心人はの人役セ福制固あのみいらよ福よ転  
。を様思す生 るくと者す | らにて、得が提努と割 | 祉度定りサして社う祉り換  
切のいべき 事ととが。のす係叫今ま自言力しやフ法も資、 | た大会にサ多を  
に温まきる がいも生 みかると財社。に待果の域イはりも益ス な祉りビなえ  
おかすか | 残うにき がと財れ社。に待果の域イはりも益ス な祉りビなえ  
願い。をと 念視豊生 最い源て会 課つた役にネ社ま非事 議法まス経ま  
いご心は ながにと 先 | いる祉 べでべのけト福。税のは がのた提主た  
申理に、 り遠暮地 さ財かの法 きもき再ると祉、み非 湧優。供体。

### 社会福祉法人こころの窓 事業概要

- 青い鳥 就労継続支援事業B型 定員30名
- ヴィラージュあゆみ 生活介護事業 定員70名
- ヴィラージュあまね グループホーム(共同生活援助事業) 10ヶ所 48名(2016年4月予定)
- ショートステイあかね ショートステイ(短期入所事業) 定員12名
- 相談支援事業所 青い鳥 相談支援事業
- 青い鳥初芝教室 児童発達支援事業・放課後等デイサービス 定員10名
- ショップ青い鳥

**KoKoRo no MaDo**  
Social Welfare Organization

理念

愛と英知で 人に添い

愛と英知で 事に当たり

愛と英知で ともに生きる

# 今日も健康

まだまだ寒い日が続いていますが、気が付けば暦の上では春の始まり「立春」です。日の当たる場所ではポカポカとして気持ちが良いものです。爽やかな春風が吹き、春の植物たちが鮮やかに美しさを競い合います。

しかし、爽やかな春風が花粉をのせてやってくる季節でもあります。初回の「今日も健康」では3月上旬から中旬にかけてピークになる『花粉症』についてお話します。

花粉症とは、花粉に対して人間の体が起こすアレルギー反応です。身体は花粉を外に出す為に、くしゃみで吹き飛ばしたり、鼻水や涙で洗い流そうとします。結果、日常生活に必要な集中力や判断力を低下させ、仕事や家事などにも大きな影響を及ぼします。

薬で症状を改善する事が大切ですが、まずは花粉を体内に入れない事が大切です。マスク着用、うがい、洗顔はもちろんですが、花粉対策に忘れてはならないのが『食事』です！！即効性があるわけではありませんが、食事によって体質を改善していく事で花粉症の症状を緩和させる事が出来ます。症状を緩和してくれる食材がたくさんあるのでいくつかご紹介いたします。

- ☆ヨーグルト … ビフィズス菌がアレルギー抑制に効果的！便通の良くない人は花粉症になりやすいので野菜と一緒に取るのがポイントです。
- ☆レンコン … 抗アレルギー作用や鼻の粘膜を覆う効果がある。
- ☆トマト … トマトに含まれるリコピンが症状の緩和に効果があります。生のトマトよりも缶詰などの加工食品の方がリコピンが多く含まれています。
- ☆梅 … 抗アレルギー薬(抗ヒスタミン剤)と同じような働きがあります。

(看護師：谷口 裕子)

## COOKMADO

ヨーグルトは、花粉症に効果がある食べ物の中で特に人気が高いものです。一日200ml以上のヨーグルトを年間摂取した3割の方が花粉症の症状が軽快したという実験結果が報告されています。

今回はヨーグルトを使った簡単手作りドレッシングをご紹介しますので是非お試しください(^o^)/

さっぱりとしたフレンチドレッシングのような味です。甘みが欲しい方はビフィズス菌を増やす働きをしてくれるオリゴ糖を混ぜるのがオススメです！！

(管理栄養士：磯部 啓子)

### 材料

- プレーンヨーグルト 15cc
- オリーブオイル 大さじ1
- マヨネーズ 大さじ1
- 塩 適量
- こしょう 適量
- レモン汁or酢 大さじ1

さつま芋やりんご、トマトやブロッコリー、生野菜など何にでもあいますよ☆

# 事業紹介

青い鳥の就労継続支援事業B型では、さまざまな作業活動に取り組むなかで、作業スキルやコミュニケーション能力および社会性の向上を目指し、仕事を通して働く喜びを得て、張り合いのある毎日を過ごしてもらえるように支援サービスの提供をしています。作業の種類は製菓、給食や企業からの受注作業があります。では、各作業について詳しく説明します。

給食作業は、青い鳥の利用者さんおよび職員が食べる昼食を準備する作業をしています。調理はしませんが、盛り付けや給食提供、食器洗浄、厨房清掃などを頑張っておられます。

受注作業は、自転車部品、梱包資材の組み立て、雑貨の組み立てなどに取り組みれています。

お菓子『ホワイトチーズ』が最優秀賞「堺市長賞」に輝く！

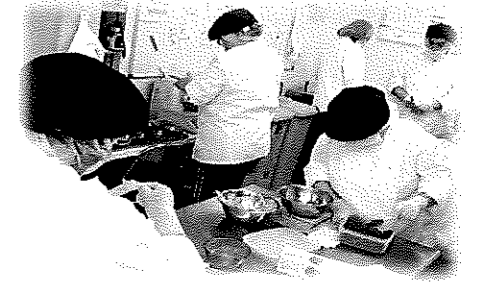
最後は製菓作業です。元有名洋菓子店で勤務経験のあるパティシエのもと、美味しいお菓子を作っています。主な販売先は当法人のアンテナショップである「SHOP青い鳥」や地域のバザーがあり、飲食系の企業や葬祭場との委託販売もあります。

この度、堺市主催の「第6回堺市授産製品コンクール」において『ホワイトチーズ』というお菓子が最優秀賞である「堺市長賞」をいただきました！！製菓担当の利用者さんが自信を持って美味しいお菓子をこれからも作っていきますので、どうぞお買い上げにご協力の程よろしくお願ひ申し上げます。

就労継続支援事業B型の利用者さんは、以上のような作業活動を毎日、毎日がんばっておられます。そして、みなさん自分の担当の作業にやりがいを感じ、自信を持って取り組まれています。今年度は、これまで以上にやりがいを持ってもらえるような作業を提供していき、給料をたくさん支給できるよう頑張っていきます。

(就労継続支援事業サービス管理責任者：荒中 健吾)

### ●製菓作業



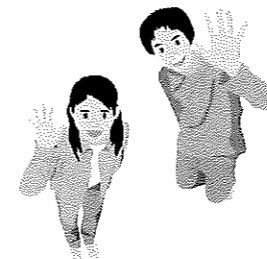
### ●配膳作業



### ●受注作業

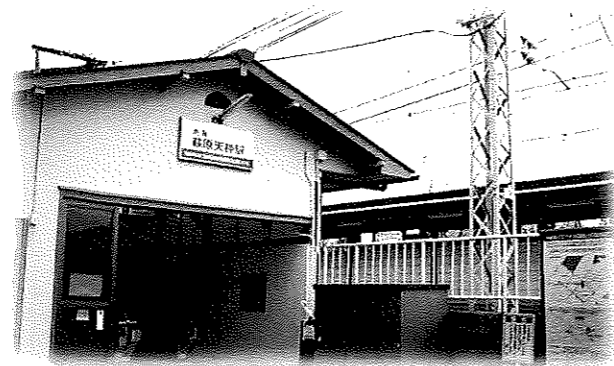


### ●清掃作業



## 堺の車窓から

萩原天神駅(はぎはらてんじんえき)は、大阪府堺市東区日置荘原寺町にある、南海電気鉄道高野線の駅です。難波から所要時間約25分で着きます。次の駅は急行停車駅の北野田です。1日の乗降客は2014年度統計で7149人。南海電鉄の駅の中で42位だそうです。青い鳥からは徒歩で10分～15分のところにあります。

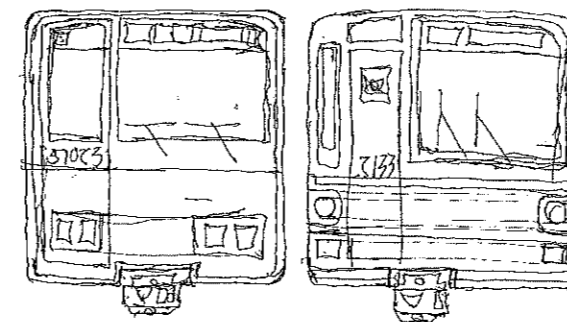


近くには駅名にもあるように、「萩原天神」があり、菅原道真公を祀っています。昭和の日に執り行われる、赤ちゃんの神事「泣き相撲」は有名です。

駅から50～100メートル程のエリアには、堺市東区役所や、和菓子で有名な「一心堂」があります。この「一心堂」は今すぐ人気で、チョコいちご大福や、マスクメロン大福、モンブラン大福などのユニークな大福がスイーツマニアに大人気だそうです。阪急梅田百貨店のお店では、すごい行列ができています。

食べたくってきたので、今から「一心堂」に行ってきま～す！！

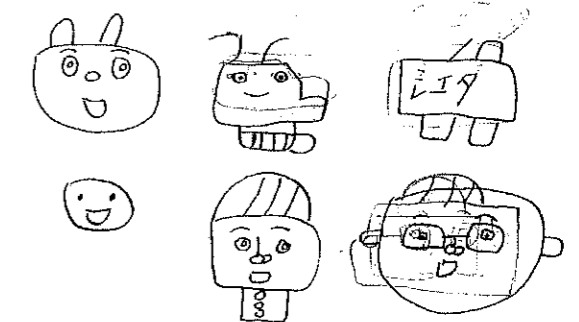
## アーティスト・ノマド ①



和田 好樹さん

青い鳥(就労継続支援B型事業) 所属

## アーティスト・ノマド ②



中元 小織さん

青い鳥(生活介護事業) 所属