

必はー たつ真よ緒きとが
 ず私どコ。めつ。にし、1や
 あにん口、黒。いてい0が
 い黙なん そなとよ欲つ歳て
 さっこの大語うしまを月
 つてと1 目きりねいで過日
 し逝が4 にな続、私もぎが
 てかあ歳 涙瞳けきはコる流
 かなるに をでたっ。口頃れ
 らいなり 浮じ。とずんに、
 ねでとり かつ彼だつになコ
 。ね最、 べと女 と長るロ
 ー、後 見は 一生ン

のたとでり ーなみのザ生 こ
 一彼転よ振そわいの末アき子とそ
 員女んちりのあ仔よに物ど、の
 とはだよ、飲！犬う現ザをも暑出
 な、ちお声かだなれア乗がい会
 つそコ歩ぼにわつ真た！せ両夏い
 たの口くつ仔いたつのとて手のは
 。日とか犬い。白は長帰に日4
 かと“なはっ な、いつ土だ0
 ら命コいお！ 生縫シてまつ年
 我名口足尻ー 後いヤきみたも
 がさん取を 間ぐワたれ。前
 家れ”り振 もる！。の の



社会福祉法人 こころの窓
 理事長 浦郷 津留子

親愛（しんあい）

静：がもちー て私れ はいてす
 か安。嬉およコ 湧轟なてこ比て、犬は最
 に心し前うロ きくのいん較は人恩は
 横したか生い、 がう。のにした心の後
 たわからき。お っな。かもよがが忘
 かつの。て一願 て想。彼う、よれで
 たよ。願でだ。きい。わにな女わい節
 。うに彼女は いくもから 瞬にし
 彼女 寝る秒寝 には

ー礼あさりよそた女 逝ねー彼し ーすと
 私あ節るいとろし。の涙つつあ女い私コす静と
 は、を。座よて。目にててんに木はロりか
 絶コ尽明のりろ、 がくし約な話陰彼ン泣な
 句ロくらポ直起私 開れま束にしに女がき家
 た：たにズ、上気 いて私たたるけたもん聞中
 。の主ーが付 いは。のまたわとじこか日
 で人とおりい るかーにで。りへやえら、
 あにつか、た のす、待 瞑走った子帰
 る対たえし彼 がか おっ 目りた。ど宅
 。すのりつ女 見に 前て す、。もす
 るでなかは え彼 はて る涼ー のる

た生んは がるをも1今
 思か歳4年
 いくを年の
 が生1を1
 あき0迎0
 るた余え月
 こい年たで
 とー重。こ
 だとね利こ
 ろの、用ろ
 う秘ー者の
 。め人さ窓

うしー後と想な う 安開がい心 ーよいーれかーそ
 。相の私い誰生 。さらく下て地静あ。に小たつおつ
 と手己はをかき よかこがいよかなーふさねた前と
 教をの気持のと ななとりたさにた わい。、と背
 え想死付っ役し ら寝は、。そ話に ふ時ーよーを
 てうにいてに生 コ顔な閉ゆうしは わ、く緒撫
 く心様た誕立け 口だかじつに掛救 で縫 こにで
 れはを。生つる ンつつたくうけわ かい の暮なが
 たか見コすたも、たた目りつたれ わぐ 家ら
 よくせ口るめの あ。がとと。た いる にせら
 うあてン、に、 りが 二まり彼わ かみ 来て、
 なる、はや熱み がと 度ぶと女。 つみ て楽
 思べ 最つきん と とた聞はー たた くし

第11回青い鳥まつりが開催されました!!

平成28年11月5日(土曜日)、澄み渡った秋空のもと、第11回青い鳥まつりが開催されました。今年の青い鳥まつりのテーマは「笑顔」です!! 社会福祉法人こころの窓の事業を利用されている方々の日々の笑顔を伝えたい、そして、まつり会場がお客様の笑顔で溢れますように...そんな思いを抱きながら、日常の様子を伝える壁新聞や創作した看板などを会場に装飾しました。

朝は少し冷え込みましたが、開場時間前にも関わらず100名以上のお客様が並び、用意していた記念品もあっという間になくなりました。屋外に設置された舞台では、ハーモニカ演奏やバンド演奏、堺市立登美丘中学校吹奏楽部による演奏やエンジョイサークル青い鳥による民謡合唱、手話ソングなどのプログラムが会場を盛り上げてくれました。



今年の青い鳥まつりは『社会福祉法人コスモス 堺とうぶ障害者作業所』様と『社会福祉法人徳昇福祉会 菩提の家』様が飲食コーナーに出店参加してくれました、手作りパンやカレーライス、ちらし寿司など、いつもとは違う飲食コーナーの豊富なメニューにお客様は大喜びされていました。ご協力頂いたみなさま、ご来場頂いたみなさま、本当にありがとうございました!!

インフルエンザワクチン接種の季節です!

冬季は、毎年インフルエンザによる感染症が大流行します。インフルエンザの予防策として、ワクチン接種をお考えになられておられる方は、より効率的に有効性を高めるために、インフルエンザの流行(一般的に毎年1月~2月がピーク)に合わせて11月中旬、遅くとも12月中旬までにワクチン接種をされますようお願い致します。 ※ワクチン接種をする事でインフルエンザ発症の可能性を50~60%に減少させ、重症化を防ぐ効果を得る事が出来るといわれています。

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	KoKoRo no MaDo Social Welfare Organization 理念 愛と英智で 人に添い
●ヴィラージュあゆみ ヴィラージュあまね	生活介護事業 定員70名 グループホーム(共同生活援助事業) 10ヶ所 48名	
●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	愛と英智で 事に当たり
●相談支援事業所 青い鳥	相談支援事業	愛と英智で ともに生きる
●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		

●機関紙名の由来について
 機関紙【ココロ・ノマド】の名称は、「ココロ」という言葉と「ノマド」という言葉を合わせた造語です。「ココロ」はその字のとおり『心』、「ノマド」は『遊牧民』という意味の英単語(nomad)です。
 【ココロ・ノマド】という名称とロゴマークには、「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。

今日も健康

紅葉の美しい季節になりました。と、同時に乾燥の季節でもあります。乾燥の季節はウイルスに感染しやすい環境の為、風邪をひかれています方も多いのではないのでしょうか？

最近、鼻水が出るなあ。。。喉が痛い。。。なんだか熱っぽいなあ。。。

あれ！？風邪ひいたのかなあ！？

そうなる前にまずは風邪予防！

- ② しっかり睡眠を摂ろう・・・温かい飲み物やアロマなどでリラックス♪
- ③ 手洗いとうがい・・・肌荒れ防止にハンドクリームも忘れずに！
- ④ 適温、適湿・・・室温(20～25℃)、湿度(60～80%)
- ⑤ 体を冷さない・・・寒さは自律神経を乱れさせ免疫力を低下させます。



軽く見られそうな風邪。でも、注意しないと扁桃炎、肺炎などの二次感染をおこしてしまいます。まずはしっかり風邪予防しましょう！

(看護師: 谷口 裕子)

COOKMADO

身体を温めて免疫力UP！！

体温を上げる食べ物、菌を防ぐ作用のある食べ物、体内環境を整える食べ物を摂ることが大切です。

今回は簡単で美味しい、それでいて免疫力が高まる

『タンドリーチキン』をご紹介します☆

- ① 一口大に切った鶏もも肉をタレに30分～1時間漬け込みます。
- ② オリーブオイルを中火にかけ、皮目を下にして並べて両面こんがり焼きます。
- ③ 焼き色がついたら、ふたをして弱火、4分ほど蒸し焼きにします。火が通り、水分がとべば出来上がりです。
- ④ お皿に並べ、サニーレタス、ミニトマト、くし型に切ったレモンを添えればより食欲がそそりますよ(^o^)

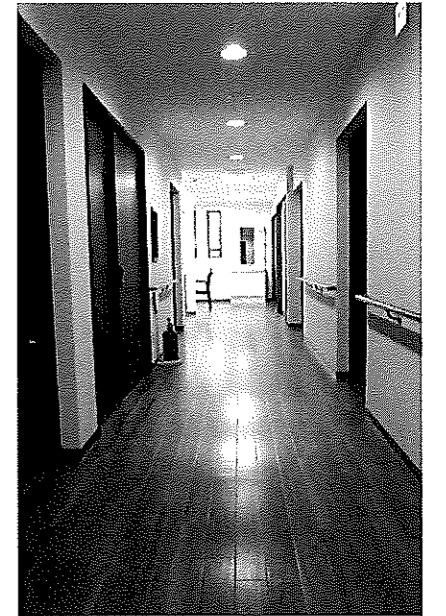
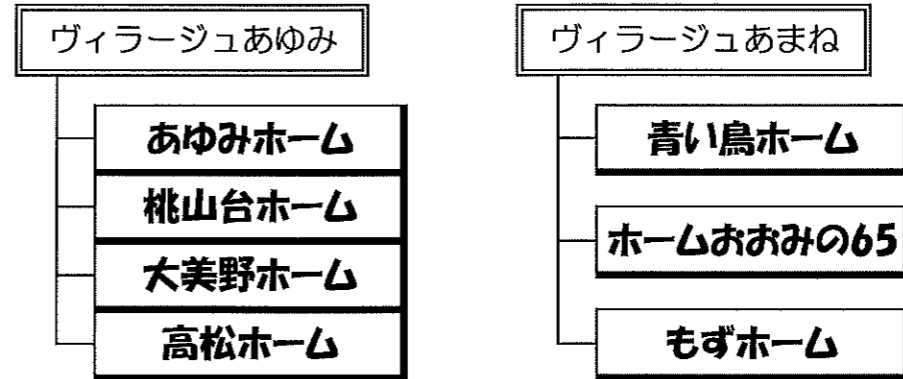
- | | |
|------------|-------|
| タンドリーチキン材料 | (4人前) |
| ○鶏もも肉 | 2枚 |
| ○塩・こしょう | 少々 |
| ○オリーブオイル | 大さじ1 |
| 〈タレ〉 | |
| ○にんにくすりおろし | 小さじ1 |
| ○しょうがすりおろし | 小さじ1 |
| ○ケチャップ | 大さじ2 |
| ○カレー粉 | 小さじ2 |
| ○ヨーグルト | 大さじ3 |
| ○はちみつ | 小さじ2 |

(管理栄養士: 磯部 啓子)

事業紹介

今回ご紹介させて頂く社会福祉法人こころの窓の事業は、『共同生活援助(グループホーム事業)』です。こころの窓のグループホームのはじまりは、平成17年の2月に4人の利用者様でスタートした「あゆみホーム」にかかのぼります。以来、グループホームの数も増え、現在では49名の方がこころの窓のホームを利用されています。

【こころの窓が展開するグループホーム】



—もずホーム内部—

一住み慣れた地域で、自分らしく暮らさずにつける

グループホーム利用者様は49名・・・49通りの自分らしい暮らし・生活があります。

ホーム事業では、利用者様の希望はもとより、男女別、障がいの部位や支援区分、入居者同士の相性等を考慮し、「自分らしさの実現」へ一歩でも近づけるよう、支援をしています。

グループホームには、世話人や生活支援員が配置され、利用者様のホーム生活全般の支援を行っています。各グループホームは「ヴィラージュあゆみ」「ヴィラージュあまね」のいずれかの事業体に所属しますが、それぞれの所属グループホームの特性に合った、世話人や生活支援員の職員配置を行っています。

ヴィラージュ(village)はフランス語で「村」の意味です。グループホーム利用者様がお互い村人同士のように助け合い暮らして行くという願いが込められています。



—共同住宅型ホーム外観—

初めてのグループホーム設立から10余年が経ち、グループホームは、法人の中でも大きな事業の一つに成長しましたが、まだまだ入居希望者のご期待に沿えるだけのグループホームが不足しているのが現状です。新たに開設するには、非常に多くの資金が必要となります。一人でも多くの希望者の入居が叶うよう、ホーム建設への是非皆様のご協力をお願い申し上げます。

(ヴィラージュあまね サービス管理責任者: 西尾智樹)



—イベントでお好み焼き—

堺の車窓から No.4

今回、ご紹介する駅は南海電気鉄道高野線『白鷺駅』です。大阪府立大学中百舌鳥キャンパス(堺市中区学園町)の最寄り駅となっており、多くの学生が利用しています。

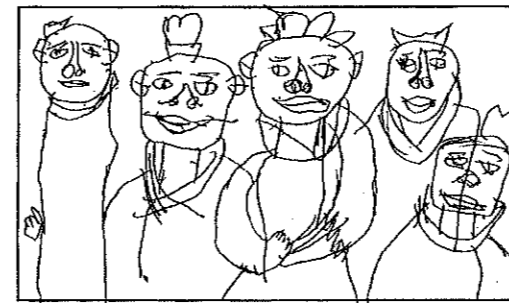
2015年度の一日平均乗降人員は10,024人、南海電鉄全体の駅(泉北線を除く100駅)の中で平均乗降人員数は26位です。あまり知られていませんが、実は南海電鉄初の橋上駅なんです。

1949年7月から1958年までの間、現在の駅より少し北側に『中百舌鳥運動場前駅』という臨時駅で開設されたのがはじまりですが、当時はほとんど使われなかったそうです。その後、南側に公団白鷺団地が造成され、人口増加に伴い1964年5月に『白鷺駅』が開業しました。かつて沿線の田園に白鷺の群が多く見られたことが、団地および駅名の由来となったようです。

駅東側は、2区に分けた再開発によりマンションが立ち並び、駅前のロータリーが整備されたことで南海バスが乗り入れることができるようになりとても便利になりました。また、駅の北西約1.1キロに位置する「金岡神社」は、平安時代初期の仁和年間(885年頃)、庶民の安全と五穀豊穡を祈願するため、住民が住吉大神を祀って創建したと伝えられています。



アーティスト・ノマド ①

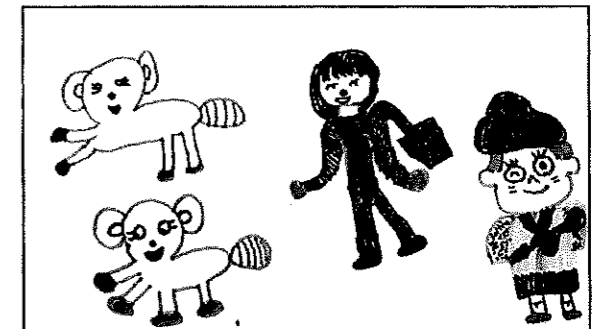


始皇帝と大兵馬俑

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



長野 恭子さん

青い鳥(生活介護事業)所属