障害を持つ人もそうでない人も
共に地域で育ち生活していくことを目指して

NPO法人カモミール

カモミール便り vol.8

H26・9・吉日

Chamomile

- Welcome to community garden
- お花屋「花工房カモミール」便り
- 防災、宿泊訓練
- 調理イベント
- ドラムサークル

事業所（活動・生活・相談）
〒277-0812　千葉県柏市花野井 1661
Tel&Fax：04(7190)5879
E-mail：chamomile0874@yahoo.co.jp
HP：http://hanakoubou-chamomile.org/

農場（園芸作業全般）
〒277-0814　千葉県柏市正連寺 148-1

花屋（東急柏ビレジ商店街内店舗販売）
〒277-0812　千葉県柏市花野井 1810

- JR 柏駅西口東武バス５番乗り場
  「柏市立高校」行き　または
  「柏たなか駅」行き
  （大室）下車　徒歩６分
- つくばエクスプレス柏たなか駅
  徒歩 15 分

遊びに来てください
お待ちしています

Welcome To Community Garden

～地域の方と障害者が自然に接する場として～

夏が過ぎ太陽の光を受けて大きく育ったガーデンの草花が皆様をお出迎えしています。朝晩は涼しくなりススキ等の秋の七草が咲いてきました。

夏はたわわに実ったブルーベリーが次々に色づき、収穫したものは店舗で販売を行い、近隣施設や地域の方々にブルーベリー摘み体験も行い交流を図りながら、収穫を楽しんで頂きました。無農薬でフレッシュなブルーベリーは参加者の方々にも美味しいと好評で、去年から引き続き参加される方も多いです。７月後半から９月前半まではブルーベリーの収穫時期になり、この時期はいつも以上に多くの方々にガーデンに足を運んで頂きました。秋にも花やハーブが見ごろを迎えます。皆様のお越しもお待ちしております。

♪♪　ドラムサークル　♪♪

人と人とを繋ぐドラムサークル・コミュニケーション「ドラムサークルさん。８月にプロの音楽家をカモミールコミュニティガーデンにお呼びしてイベントを開催いたしました。打楽器を使って体を使って、緑に囲まれ開放感あるガーデンでとても楽しい音楽の時間となりました。

ガーデンのガゼボに並べられた大きなドラム、様々な打楽器。みんなが集まり、１人の音が出て、それにつられ周りの皆もドラムをたたきだします。「一緒」とか「合わせて」とか言っていないのに小さい音から大きな音までいつの間にかみんなの音が一つになっていました。

始めは皆よくわかっていない顔つきで楽器をたたいていましたが、リズムが鳴り響くにつれていつの間にか、笑顔になり真剣な顔つきに。
今回多くの人を呼んで盛り上がりたいと思い、近隣施設のホリデーのラポールさんとあじさいの会の皆来さにも参加して頂きました。ドラムをたたきながらガーデンをパレード。相手の楽器を交互に鳴らしたり、リズムに合わせて飛んだり跳ねたりしました。

普段、音楽を聴いたり歌ったりすることはあっても皆で音を奏でる機会はなかなか持てないものです。カモミールでも音楽の活動を取り入れたい思っていながらもなかなか実現できなかった中、このように楽しい音楽イベントができてとても良い経験になりました。

調理イベント

７月３１日は有限会社ミスズさんをお招きして調理イベントを行いました。ミスズさんは柏市内で日本料理店を経営される傍ら、様々なところで調理指導や摂食指導などを行っている会社で、カモミールとはマルシェコロールでご縁があり、今回調理イベントに参加していただけることになりました。普段からカモミールでは月に一度調理実習を行っているのですが、今回はプロの料理人の方に指導していただけるため、利用者のみんなも楽しみにしていました。

作ったメニューは夏野菜カレーと、それぞれが自由に選んで作るサラダバー風のオリジナルサラダに決まり、使用する野菜のいくつかは、ミスズさんの畑で収穫させていただけることになり、イベント前日、ミスズさんの畑でオクラと長なすを収穫に行きました。

イベント当日、利用者のみんなは全員エプロンとバンダナ姿で、ミスズのスタッフの皆さんにも割烹着姿で来ていただき、イベントの雰囲気が盛り上がる中、調理開始。

ミスズのスタッフの皆さんは非常に手際よく調理されていました。また、利用者のみんなに食育もまじえ野菜の切り方など、一つ一つ優しく丁寧に教えてくださり、利用者のみんなも楽しみながら調理できている様子でした。

利用者さんはそれぞれ出来ることには差があるのですが、いつも以上に張り切ってできるところを一生懸命やっていました。

お花屋「花工房カモミール」便り

季節に合わせて珍しい花苗を仕入れたり秋のバラ SALE を実施したり多くのお客様に楽しんで頂けるよう販売しています。

花屋ではフラワーリースや寄せ植え教室も好評です。販売や講習会だけでなく他機関と連携し出張「花壇整備」を行っています。

☆うぃず　協働事業

カシニワを活用し松葉町の近隣センターでの花壇整備を地域の方々と一緒に進めています。カモミールの笠井が講師として携わり、盛り上げていきます。お近くの方ぜひ花壇を楽しみにお立ち寄り下さい。

☆カシニワ若柴新町会

柏市公園緑政課と協力し、カシニワ団体の若柴新町会さんの広場の一角で地域の方々と作るハーブ作り・活用を実施。植栽計画からハーブの活用法までを一緒に考え、お手伝いさせて頂きます。

☆パルシステム情報誌「のんびる」からフラワーリースの取材を受けました。ガーデンで収穫したハーブをカットし、リース台にグルーで丁寧に飾り付けていきます。作業の工程から販売までを見ていただきました。

営業１０：００～１５：００

定休日　木曜・土日祝

商品は珍しい花苗を中心に、地域の手作り作品季節の寄せ植え・ドワイフラワーやリース・ガーデニング雑貨等取り揃えています。アロマクラフト、寄せ植え教室やリース教をシーズンごとに開催中！

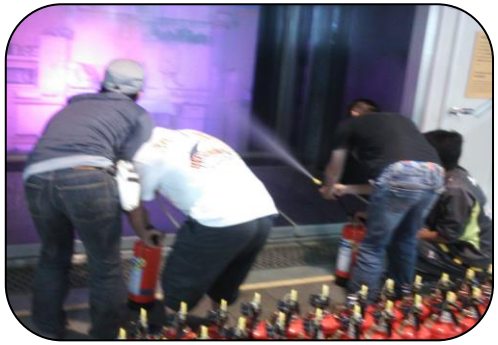
玄関やお部屋を飾りながらハーブの香りを楽しんでみませんか？

防災訓練施

昨年度に引き続き防災訓練として西部防災センターでの訓練、カモミール施設にて宿泊訓練を行いました。今年度から利用者も新しい顔が増えたこともあり、皆で改めて「防災」について考える良い機会となりました。

防災センターでは通報・消火・地震・強風・煙の中を体験。地震体験ではスタッフの指示通りソファーの人はクッションを頭の上に、テーブルの人は椅子から降りてテーブル下に隠れることができました。しかし利用者全員がそうできたわけではなく、地震が強すぎて、恐くて身動きが取れなくなってしまう人もいました。暴風体験では、「ちょっと楽しそう…」そんな思いは暴風に吹き飛ばされ、身動き取れない状況になってしまいました。

災害時の通報の仕方を
学びました→



← 火事のスクリーンに向けて
実際に消火器を使って消火練習！

消火器体験では、火の画面に実際の消火器を使い噴射。しっかり水が火に当てられると鎮火します。これもいざというときに使い方が思い浮かばないもの。
簡単なものほど頭から飛んでしまうので定期的な練習は必要と感じました。
また、消火器には使用期限がありますのでみなさんチェックを忘れずに！

設宿泊訓練

引き続き宿泊訓練を行いました。
事前に施設の2階へ行き宿泊部屋を皆で掃除。少しずつ泊まる実感が沸いてきたところで１日目はガスが使えなくなった時を想定し野外炊飯を実施。炊き始まるまで時間がかかり、初めはどうなることやらと思いましたが、ふっくら美味しいご飯が炊けました。半分のメンバーは中でカレ-作り。本当の災害時はお風呂なんて言っていられないですが、施設としては利用者の皆がお風呂の場面でどの程度自分でできるのかなど把握の意味もあります。夜のお楽しみとして夜食のゼリーと花火をし就寝。昨年一人で寝れず職員の布団に入ってきた人は1人で布団で寝ることができ、深夜玄関を出かけた人は自分の部屋を出ずに過ごすことができ、初めての宿泊参加の利用者さんが2名いましたが時間かからず眠りについていました。2名ほど1時くらいまで独り言が聞こえてきたり、雨の音で途中起きた人もいたようですが、これも訓練。普段と違う環境で寝れたというだけ皆頑張ったと思います。

2日目昼食は「非常食を食べよう」。炊き出しから沸かしたお湯と水で調理。口に合わなかった人もいたようですが普段、パート職員がつくった手作りの温かいご飯を食べられるありがたみを感じます。午後は防災グッズチェック！施設の防災グッズを皆で確認。不足分や取り換えの必要なものをリストに出します。
他に防災トイレ作り体験。ポータブルトイレに黒ビニールをセットし吸水パットを入れます。簡易トイレに座ってみる体験では、ただ座るだけでしたがカーテンの裏で行い、いつもの場所と物が違うだけ完全拒否する利用者が半分もいました。障害を持つ方には普段と違う状況に適応する難しさがあると改めて感じました。