

夢を育て、力をあわせてはばたこう！

2011年 4月 15日発行

カ ム ニ テ イ ー

特定非営利活動法人 『翔夢』

障がい者ふれあい交流センター

翔夢Nity

〒547-0031

大阪市平野区平野南3-8-16

NO. 38

TEL (06) 6760-6167

<http://www.npo-cam.jp/>e-mail: nandemosoudan@npo-cam.jp

特定非営利活動法人 翔夢 法人本部 大阪市平野区平野南3-8-16

障がい者ふれあい交流センター

大阪市平野区長吉長原2-14-15

相談支援事業

ホープネット

TEL (06) 6760-6167 FAX (06) 6760-6168

就労継続支援(B型)事業

ドリームネット

TEL (06) 6760-6181 FAX (06) 6760-6182

地域活動支援センター

ハートネット

TEL (06) 6760-5343 FAX (06) 6760-5344

障がい者ふれあい交流センター 第2

大阪市平野区長吉長原2-11-8

生活介護事業

ジョイネット

TEL (06) 6155-9901 FAX (06) 6155-9902

障がい者ふれあい交流センター つるみ支所

大阪市鶴見区浜4-18-7

就労継続支援(B型)事業

ワークネットつるみ

TEL (06) 6912-7333 FAX (06) 6912-7334

ご協力のおねがい

NPO法人「翔夢」では、アルミ缶のリサイクル活動も行っております。近隣ならばお伺いいたしますので、ご協力をお願いいたします。

ご連絡は下記へ。

ハートネット

TEL (06)

6760-5343



翔夢Nity. 38 もくじ

- P1..... 表紙
- P2..... 厨房より・お知らせ
- P3..... こころの病気基礎講座
- P4..... 女性倶楽部・ベリーカップ
- P5..... レクリエーション（花見）
- P6..... 職員紹介
- P7..... メンバー紹介
- P8..... 翔夢の相談日記

表紙は、花見での桜の下で記念写真です。

厨房からのお便り

ヘルシー肉団子煮込み

ジューシーでヘルシーな肉団子のレシピを紹介します。肉団子は、冷凍保存もできるので、いざという時や、お弁当のおかずにもできて便利です。

【材料】

豚ひき肉	160g	
鶏ひき肉	200g	
白ねぎ	80g	5mm角みじん切り
卵 Mサイズ	1個	
土しょうが	4g	すりおろす
塩	1g	
春雨	60g	10cm長にカット
人参	40g	いちょう切り
白菜	200g	4cmのそぎ切り
玉ねぎ	200g	5mm幅スライス。

A	減塩しょう油	10cc
	団子のゆで汁	360cc
	鶏ガラスープ粉	8g
	砂糖	2g
	オイスターソース	8cc
	酒	20cc
	片栗粉	適量

【作り方】

- ①分量の挽き肉に・みじん切りした白ねぎ・卵・おろししょうが・塩を加え良く混ぜながら、粘りがでるまで良く混ぜ合わせる。
- ②たっぷりの熱湯の中に、①を団子にしながら加える。完全に中まで加熱し団子の中まで完全に火が通ったら、お湯の中から引き上げ、水気をきっておく。
*団子のゆがき汁は、煮込み時に使用する為、おいておく。
- ③Aの全材料を火にかけ、②の団子を入れ、弱火で煮込む。
- ④団子に味がついたら、カットした玉ねぎ・白菜・人参を加える。
食材に火が通ったら、水溶き片栗でとろみをつけ、最後に春雨を加えひと煮たちしたら、完成です。

賛助会員入会のお便り

「翔夢」の活動をご理解いただき、賛助会員に入会をお願いいたします。

募金・賛助会費振込先

郵便振替

口座番号 00980-8-317336

口座名称 特定非営利活動法人 翔夢

三菱東京UFJ銀行 平野南口支店

口座番号 普通 4636394

口座名称 特定非営利活動法人 翔夢

パーソナリティの病気の基礎講座

パーソナリティ障がいとは…Ⅲ

前回、前々回とパーソナリティ障がいについて話してきました。いつまでつづくねん！とお思いかたもいらつしやると思いますが、もう少しおつきあいください。

今回は三つのグループのなかのB群に分類される、感情的な混乱の激しいパーソナリティ障がいです。芝居がかった言動が多く、情緒的で、移り気に見える場合が少なくありません。また、ストレスにかなり弱い傾向があります。

④反社会性パーソナリティ障がい：反社会的な言動や、行き過ぎた場合は犯罪行動をとるケースもあります。物質的な利益や個人的満足のために他人を利用し、人の心理を読んで操作するのがうまく、良心に乏しいのでほとんど罪悪感を感じることはありません。たとえば、法を守るといふ社会的規範に従う事ができない。それは逮捕の根拠となる行為を繰り返すこと

で示される。・人をだまし、嘘を繰り返す。・衝動的で先々の計画を立てられない。・フラストレーションに対する耐性が非常に低く、けんかや暴力沙汰を繰り返す。・自分、他人を問わず身体的安全を無視する。・一貫して無責任である。・良心の呵責が欠如している。などが特徴にあげられます。

⑤境界性パーソナリティ障がい：通称「ボーダーライン」。非常に衝動的で、感情の起伏が激しく、そのため対人関係がいつも不安定です。その結果として、衝動的な暴力や迷惑行為、性的誘惑などを繰り返したり、自殺を企てたり、自分を傷つけたりする行動が続けます。たとえば、・現実または想像のなかで、親しい人から見捨てられることを極度に恐れる。・両極端を揺れ動く他人への評価。・不安定な自己イメージ。・自殺行為や自傷行為を除く自分を傷つける可能性がある

衝動性。・自殺行為、自傷行為を思わせるそぶり、他人への脅しなどを繰り返す。・感情が極めて不安定。・絶えず虚無感、空虚感にさいなまれてる。・不適切で脈絡のない激しい怒りを持ち、それを抑えることができない。・ストレスを受けたことによる一過性の被害妄想的観念もしくはヒステリー症状。などが特徴としてあげられます。

⑥演技性パーソナリティ障がい：いつも周りの注意を自分にひきつけようとし、そのために自分の考えや行動を演技的なまでにオーバーに表現します。たとえば、・どんな状況、場面であつても、自分が注目の的になつていないと楽しくない。・過剰なほど性的に誘惑的、挑発的な態度をとる。・くるくる変わる感情表現。・自分に注意をひきつけるために、絶えず身体的外見を利用する。・芝居の台詞のように印象的な話し方をするが、内容がない。・悲劇のヒロインを演じたり、幼児的な行動をしたり、芝居がかった行動をとる。・他人や周囲の環境からの影響をうけやすい。・そんなに親しくないので、さも親しげななれなれしい態度をとる。

などが特徴としてあげられます。

⑦自己愛性パーソナリティ障がい：誇大な自己イメージを持ち、尊大で横柄、大げさで傲慢、非共感的な態度、常に周囲から賞賛を求めます。たとえば、・自分の重要性、優秀性について誇大な感覚。・自己満足的、非現実的な空想にとらわれている。自分は普通の人とは違う特別な存在であるという確信。・常に周囲からの賞賛と羨望の的になることを求める。・さしたる根拠、理由もないのに、周囲から特別な取り計らいを期待している。・目的を達成するためには、他人を利用しても当然と考えている。共感、思いやりが欠如し、他人には無頓着。・他人を妬むことが多い。・わがままで尊大、傲慢な態度、行動。などが特徴としてあげられます。どうでしょうか？全部でなくても半分以上が当てはまれば、診断される可能性があります。B群に共通して言えるのは、情緒がかなり不安定だということになります。

今回はC群の障がいの様子を探っていききたいと思います。

(三浦)



女性クラブのページ

女性クラブとは？

男と違った目線
で、女性特有の悩み、綺麗になりたい気持ちがあっても如
何したら良いのか解
らない？

女性クラブの中で
は、晩ご飯の料理を
したいけど、なにか
ら手を付けられない
のかわからないと言
う意見の人も居まし
た。

料理をしてみたい…。でも：料
理の仕方が解らない？如何する
んだらう。
料理クッキング。初めに

- さ・し・す・せ・そ
 - さ 砂糖 (さとう)
 - し 塩 (しお)
 - す 酢 (す)
 - せ 醤油 (しょうゆ)
 - そ 味噌 (みそ)
- ほんとうは、女性クラブで何
がしたいのか！？

女性は、女だけのクラブ？
女性クラブでも男の人の意見
もあっても良いのではと、私は
思っています。
女性は女らしくなければなら

ないのか！？

女性でも男言葉を言う人も中
には居るはず、女性らしさとは
何なのか？ハッキリ言って私は
解らない。疑問を感じていま
す。これはあくまでも私の意見
です。

本題に戻ります。
ダイエットをしたいけど、ど
ういうダイエットがあるのか？
その人にあつたダイエットも考
えていかなければいけないのか
も知れないですね。

課題として、二〇一一年の女性
クラブは、何のテーマで活動し
ていくのだらう？

部員 立石

二〇一一年度は、美容の腕を
上げることや、女性の体や心を
知るために特別講師を招いて学
ぶ時もつくっていきます。他に
も何か、「こんなのはどう？」
という案がありましたら、聞か
せてください。一緒に楽しみ、
つくっていきましょう！

四月一日、春日和という言葉
がピッタリな晴天の日にベリー
カップ（大阪市精神作業所交流
ソフトボール大会）が行われま
した。

いつもより早い八時に翔夢に
集合です。何とか全員集合時間
に間に合い、ワクワクとドキド
キをした面持ちのなか翔夢を後
にしました。

開催地は淀川の河川敷。電車
を二回乗り換え、集合場所の駅
に着き現地集合の方と合流し、
目的地を目指しました。電車の
中では一試合目にあたるいちご
チームのことや、バッティング
の話をしたり、楽しみにしてい
ることが心身と伝わってきました。
野球道具など沢山の荷物を

ベリーカップ ソフトボール大会

持って行っていた
為、駅に入る時も
皆で協力するなど
し、試合前から
チームプレーは
ばっちりでした。
到着し少し休憩
すると開会式が始
まり、選手宣誓の
後ラジオ体操があ
り、みんないつに
なく真剣に体操を



していました。
開会式も終わり、その十五分
後に翔夢（ハートネットチー
ム）VS いちごの試合が始まりま
した。いちごは昨年の優勝チー
ム！みんなそのことを知ってい
たこともあり、試合前には陣
を組み気合をいれました。

先行はハートネット。○点に
抑えられ、いちごに二点の先制
点を入れられました。すぐに
二点を入れ、振り出しに戻しま
した。その裏、いちごを○点に
抑えることができ、ドキドキと
した試合が繰り広げられていま
した。応援席からも声援が飛び
交いみんなが一つになっていま
した。三回の表に一点を追加し
リードしましたが、その裏三
点を取られ結果は三十一で黒星
でした。くやしい結果ではあり

チーム名	1	2	3	4	5	計
ハートネット	5	5	5	5	5	25
ハートネット	0	0	0	2	1	3

チーム名	1	2	3	4	5	計
ハートネット	0	2	1	0	0	3
ハートネット	2	0	3	5	1	11

ましたが、練習の成果が出ていた所が大きくあり、次の試合に繋げていける内容でした。

昼食を取り、各自直ぐに体を動かせ始め次の試合を待っていました。一時五〇分、第二試合目がプレイボール。今度もハートネットが先行でいきなり五点を入れ、それから打線が爆発し結果二十五対三で圧勝でした。代打で出場した女性の利用者の方もホームベースに帰ることが出来ました。

試合結果一勝一敗で、二位のチームが集まる会長杯に出場することが決まりました。決戦日は四月八日でありましたが、雨の為中止となり翌週に延期となりましたが、みなさん次の試合がすごく楽しみなようです。

(阿波)

4月レクリエーション 花見でのんびり

グループごと席が設けられていて全員の揃ったところオードブル料理が振る舞われた。この日のために厨



でしたが当日はとも天気も候も良く、現地まで歩いて行かれた方にとっては少し汗ばむくらいの陽気でした。到着すると

先日、四月のレクリエーションとして花見を行いました。毎年、恒例として四月には花見をしています。今年も昨年よりもさらに利用者や職員の数も増え、より一層賑やかな花見になりました。天候も前日までの予報は曇り

房のスタッフさんが考えた手料理を桜の下で一緒に食べました。花見の会場に着いたばかりの時は、まだその場の雰囲気慣れていない利用者の方もおられ少し緊張されていますが、昼食が始まると徐々に会場全体が盛り上がり始めました。晴天の下での花見は大変心地が良く、桜の木に囲まれて楽しそうに話をするグループや目の前に並べられた料理を楽しむ方、シートに寝ころびのんびりとする時間の流れを楽しむ方など、それぞれが思い思いに過ごされました。

また昼食が一段落ついた頃に新人職員による自己紹介を兼ねて余興が行われました。衣装に着替えた職員が音楽に合わせて歌とダンスを披露しました。この日のために一生懸命に練習してきた様子が伝わってきました。するとそこに続いてドリームネットの利用者のKさんが余興の



参加を申し出てくれて、先ほどの職員に負けないどころかそれ以上のパワーで得意の歌とダンスを披露してくれました。いつものまにか周りの利用者や職員も一緒になって手拍子をとってとても盛り上がりました。

その後、会場で記念撮影をしました。カメラに向かってみんなが楽しそうに笑顔で写っている姿が印象的でした。これからも毎年春の恒例としてお花見を続けていきたいと思えました。

(雑賀)

それぞれの良さを
伸ばしていければ

雑賀 和史

翔夢で働く機会を頂いて三年が過ぎました。一般企業で勤めていた私にとって福祉の職場で働くことはもちろん翔夢が初めてでした。この三年を振り返ってみると、「あつという間の三年であり、また様々な体験をさせて頂いた三年」であったように思われます。

た利用者の方々や翔夢の職員たちの存在があります。この場を借りて、感謝の気持ちを伝えたいと思います。

私は翔夢に入って主にジョイネット（生活介護）中心で働いてきました。ジョイネットには私よりも年配の方がたくさんおられ、その方たちと一緒にほぼ三年間のほとんどを一緒に過ごしてきました。

らず頑張っていきたいと思えます。

また翔夢では法人レクリエーションの担当を新人時代から任されしてきました。他の職員や利用者の方、そのご家族の方に支えられて毎月一回の法人レクを開催してきました。新しいレクリエーションごとに新しく翔夢に入った利用者の方がおられ、

翔夢の職員紹介

日常の仕事や想いを書いて
いただきました



す。右も左も分からない私が今現在もこの職場で変わらず働くことが出来ているのは、温かく迎え入れてくれる

に、利用者の方と日々、楽しくまた時には一緒に悩みを共有して問題解決に向けて支援をしてきました。私なりのモットーですが、「背伸びをすることなく謙虚に」利用者の方と一緒に福祉の現場で過ごしてきました。お互いに最

適の福祉支援ができるようにサービスを提供したり、また教えてもらいながら、ここまでやってきました。これからもこの姿勢は変わ

入った利用者の方がおられ、正直どういったレクリエーションをすれば皆にとって有意義なのかと日々、自問自答したときが何度もありました。しかし、当日の開催が来るまでに悩んだり、あるいは挫折しそうになったり、どれだけ大変だったレクリエーションであっても開催中の利用者の方が笑顔で過ごしている姿を見ることが私にとって一番の幸せの瞬間でもありました。

この三年間で私の後には新しい職員が入ってきて、このような私でも管理・指導していく立場になりました。ここにいる職員はみんな何かの縁で出会えたのだと思います。私自身、管理・指導していく立場になっても、新しく入った職員の方と協力し合い、翔夢が今後も利用者の方にとって最適な支援が出来るように一緒に「成長」していこうと思えます。これからもよろしくお願いします。

東日本大震災支援募金にたくさんの方からご支援いただきました。

水野 つね子 ・ 辻村 美智子
森木 フミ子 ・ 二宮 美千代
馬賣 和儀 ・ 松井 園子
松下 介護学館（敬称略）

ありがとうございました。

メンバー紹介

翔夢の施設を利用されているメンバーの方をご紹介します



気力バツグンで
みんなを引っ張る

赤木 昭紀 さん

ハートに
来られて、
ちょうど二
年になる赤
木さんで

す。毎日早めに来所され、施設前の駐車スペースで軽く運動するのが日課です。

定年退職

され、数年が経っている赤木さんはハートの部屋でも年長者になりますが、気力バツグンで皆を引っ張っています。働いてきた経験から、作業中に

サボる方（ほとんど特定の〇さんに限る！）には笑いを入れながらビシッと一言いれてくれます。働く厳しさと、気持ちを抱いてくれる会話を持つてきてくれるので職員も含め助けられている部分は大きいです。お孫さんの幼稚園へのお迎えがあるので十六時前には帰られますが、たまにそのお孫さんを連れて戻ってきてくれる時もあります。大人の施設に小さなお客さんが来ると、こちらも嬉しくなります。

（文・安河内）



「ワークネットつるみの
明日をみつめる『工場
長』」

後藤 照男 さん

昨年冬の頃、当時のつるみ作業場時代から一年以上通所されて

おられる後藤照男さんです。徳島出身である後藤さんは、外で遊びまわっていたやんちゃな学生時代を過ごしていたそうです。学校卒業後は大工の道に入り、経机（仏壇の前に置いてある机）を作っておられました。その後、家の外装を塗るペンキ職人として活躍。また、ある時は夜泣きのラーメン屋台を自らひき、地域の皆さんにおいしいラーメンを作っていたというマルチな経験をお持ちな方です。ワークネットつるみに通所

直後は仕事を覚えたり、周りの環境に慣れる事が大変だったそうです。しかし今は様々な仕事を率先してこなし、新人さんが来た時には丁寧な仕事を教えたりして、いつしか呼ばれるあだ名が『工場長』。周りからの信頼も厚いです。

後藤さんは「この一年間で仕事の難易度が上がっているけど、みんな作業に慣れて、仕事のスピードが速くなっていく」と目を細めます。そこで「自分だけじゃなくてワークネット全体で仕事のレベルを高めていけたらなあ。。。」

『工場長』は前向きにワークネットつるみを見つめています。

（インタビュー・文章

佐藤巧）

翔夢の
相談日記

東日本大震災の被災に逢われたみなさまに、心からのお見舞いを申し上げますとともに、1日も早い復興をお祈り申し上げます。

利用者のおかあちゃんに会うとお話を聞きます。結構大変な状況になっていて、「どうして電話しなかったの？」と聞くと「これぐらいでござい、多分、翔夢の相談電話

の敷居が高いと思つてらつしやるのだろうと思います。決してそんなことはありません。区役所の窓口に行つても十分に相談に乗ってくれないことが多かったり、制度を知らなかったら門前払いされたりします。そんなためにも相談電話を作っています。遠慮なくどんどんかけてください。でも、どう相談したらいいかわからない方もたくさんおられますので、今回から様々な相談の様子をお伝えし、皆様にもっと幸せな状況を築いていただきたいと思ひ、今月号から連載したいと思つています。

今回は初めてですので、ちよつとしたことの相談電話をいくつかご紹介したいと考えています。

その一、翔夢利用者より、「明日、翔夢休む」「どうしたの？」「耳痛いねん」「病院行った」「行つてない」

「そしたらヘルパーの手配をして明日病院いけるようにするわな」「うん」このケースの場合一人暮らしのメンバーで自身の判断がつかないことが多くあり、たまに電話がかかってきます。しかし相談電話でいつまでも私が聞くのも正しくなく、そういった日常のことは他の方に相談できるように力をつけていく。例えば隣のおばちゃんに相談できたら日常がもっと安全に暮らせることになったりします。でもいつまでも私が相談を聞いていると他の方のかかわりが薄くなつてしまいます。そんなことを考えながら対応させていただいています。

その二、「私の友だちで悩んでいる人おるねん」「どんな悩み」「知らん」「うーん、そしたら本人に電話し

てもらうか、来てもらうかし」「わかった」後日「友だちどうなったん」「うんもうええて言うてた」というこのパターンも結構多い。実は本人が人のため何かしたいという表れの時があり、尊重しないといけないときと、私と話すきっかけ作りのために言つてるときと、本当に困っている友だちがいるときと様々です。でも、相談電話はそんなメンバーの調子を知る上でも大切なものになっていくのは間違いないと思ひます。

平成23年度 NPO法人 翔夢

定期総会ご案内

下記の通り、NPO法人翔夢23年度総会を行います。みなさまのご出席をお願いいたします。

日時 6月19日(日)
午後1時～3時
場所 長原会館
谷町線・出戸駅