



ながつき  
**長月号**

NO.142 2012.9.10号

Advocate

**HSK**

1973年1月13日第三種郵便認可 HSK通巻番号486号  
 発行/2012年9月10日(毎月10日発行)  
 編集者/我妻 武  
 住 所/〒063-0812  
 札幌市西区琴似2条5丁目3-5 マンションMOMO1F  
 特定非営利活動法人 札幌・障害者活動支援センターライフ  
 TEL 011-633-6666 FAX 011-613-9323  
 H P <http://npolife.net/>  
 発行/北海道障害者団体定期刊行物協会  
 定 価/100円

## NPOライフ研修会 Vol 04

# 『自閉症の障害者 との関係づくり』



講師の岩淵真知子さん

きばりや 門田輝美

去る8月2日(木) ライフの第4回目の研修会が開かれました。障害者の母親であり、支援者でもある岩淵真知子さんを講師に迎え、2時間の貴重なお話を伺うことが出来ました。

まず、自閉症の彼らと向き合うには自閉症を理解することから始まるというお話で、右のような点を挙げていただきました。

個人的な感想ですが、特に印象に残ったのは、「この子だからしょうがないと諦めていませんか? 悪いことを悪いと教えていますか? 子どもが警察に捕まるような悪いことをした時は捕まえてもらった方が子どものためになるんですよ。」というお話でした。

私にも障害を持つ娘(知的障害B)がおります。人の迷惑になるようなことをしてはいけないと、一つひとつ教えてきたつもりではいましたが、実際に警察に捕まるほど悪いことをした時はどうでしょう。



- 彼らが楽になる空間環境を作ってあげることが大切。
- ごっこ遊びをしていないので一般人には理解できない反応の仕方をする。
- 思いやり、気遣いは教えられないと分らないが、何回も教えれば覚えることはできる。
- 譲っては行けないところは絶対譲らない。
- 時々パニックを起こすが、よく観察しているとパニックになる瞬間がわかる。
- これ、そこ、がわからない。細かく丁寧に、具体的にゆっくり教える。

《警察に泊めてもらおう、その方が悪いことだとハッキリ認識できてこの子のためになる、この子の経験になる。》という発想はしないと思いました。多少の怪我なら痛い思いをした方が薬になると思っていましたし、回りに損害を与えた時は、自分のお小遣いから弁償させるなど、自分で責任を取るということを教えてきたつもりでしたが、警察沙汰となると別だと、きっと私なら考えと違うので、まさに目からウロコでした。

厳しいことを言っているつもりでも、結局は甘やかしていたのだと気がつきましたし、お話を聞いていて、ああでなくてはいけない、こうでなくてはならないと四角四面にならずに、もっと心に余裕を持ちたいとも思いました。

本当にありがとうございました。

# NPO ライフ研修会 Vol 05 「新人研修会」

## ライフ新人研修会に参加して

きばりや **上神田 一朗**

去る 8 月 18 日(土)、ライフの新人研修会が開かれました。ゆっくり話を聞ける機会がなかなかないので、新人スタッフだけではなく、希望する中堅スタッフ、障害者スタッフも交えての研修会となりました。

我妻理事長、笠井理事、石澤専務理事から色々な話をしていただきました。岡田所長からは、ライフという事業所とはどういうところなのかを、あらかじめ聞いてはいたのですが、そこに至るまでの経緯や障害者への社会の障壁、我妻理事長が中途障害者となり経験したこと、感じたことなどを聞いたうえで、どういった思いでこの事業所の在り方に至ったのかが理解できました。

生産性や能力重視にはできないが、事業を成立するには補助金だけではやっていけず、現実問題、生産性をあげなければいけない。どう個々の能力を最大限に発揮するか。エンパワーメント…、色々な制約によって発揮されなかった能力を発揮できるように、条件や環境を整備する必要があると思いました。

関わり方、伝えかた次第で能力を発揮できる人もいて、色々な角度、方法をチョイスしてアプローチをする必要があるかもしれないと思いました。と、言うのは簡単なんですけど…。

少しでもお互いに前へ進めるように関わっていきたいです。考えるきっかけを与えてくれてありがとうございました！

## 新人研修会に参加して

こころや **富橋 祐太**

今回参加させていただいた新人研修会の中で、私は障害に対しての社会の理解の低さとその中で生きてきた方がどのような思いだったかを知りました。

障害があるから働くことができない、入所施設へ行くしかない。自分の人生を選ぶことができなかったということ。

街の中にも障害のある人たちが日常生活を送る上で不便なこと、理不尽なことが今以上にあったことを知りました。

それは今も残っていて、理解しようとしな

ら、どのようなところに不便や不都合があるかわからない。知らないから偏見を持ったり怖く感じたりするのだと思います。

「障害に問題があるのではなく、社会のほうに問題があるという我妻理事長のお話に、私自身ついでこの前まで障害や介護のというものを全く知らずに生活していた社会のほうの一部だったことに気づかされました。

今回気づいたことや感じたことを忘れず、これからも共に働いていく中で、学んで理解を深めていきたいと思っています。

## 研修会に参加して

ヘルパーステーション繭結 **玉川 よし子**

先日、研修会に参加させて頂き「ライフ」の試みを知る事ができました。

社会の一員として、責任を分かち合い支援する人、支援される人の関係を否定し、対等の関係を構築する。公は制度がないと動かない、儲からないと民は動かない、といったような事が沢山あり、その事を変えていこうと、いろいろな事を体験・経験され今日に至っているようですが、その中で共に働くという事で、障害のある人もない人も共に自分らしく生き、自立に向けての支えを心がけてヘルパーとしての心得を忘れずに共に働いていけたらと思っています。

ヘルパーステーション繭結で半月程研修させて頂いていますが、障害があるからとついついヘルパーが何でもしてしまうという事に疑問を感じています。

社会には決まり事があるように、ダメな事、良い事をはっきり示す必要があるように思います。

今後スタッフとの連携を図り、事故のないよう、笑顔でケアに臨めるようになったら一番かなあと 생각합니다。





## 第 5 回

## 「政策入札研究フォーラムに参加して」

NPOライフ理事

株式会社 シムス

代表取締役

齋藤 規和

## ○なぜ、いま「政策入札」なのか。

政府の公共調達や自治体が行う民間委託の発注先を公平に選定する目的で、入札という方法がとられている。従来は価格競争をさせて、最も安い価格を提示した者を落札者としてきた。発注する側(行政)が経費の削減を図ろうとすれば、おのずと予定価格の積算は厳格化し且つ応札業者も拡大し、その結果、応札業者には人件費削減の圧力が働くことになる。

事実、札幌市においても庁舎の清掃業務や指定管理者への委託業務については、発注額の縮減という点で十分な成果をあげている。

しかし、安い価格を評価する「価格入札」が毎年くり返されることで、最終的には労働条件の劣悪化につながることは避けられない。

入札制度の中に、社会的価値を尊重するような評価基準を導入すること、すなわち「価格入札」から「総合評価入札」への転換が、今こそ求められている。更に踏み込んで、入札制度そのものを社会的価値を実現する政策手段として機能させてゆく。これが「政策入札」である。(これは自治体の自治体入札・委託契約制度研究会が10年以上前から研究、提唱してきたものと認識している。)

## ○社会的に排除された人々の雇用。

総合評価入札制度が、社会的責任を果たそうとする企業等を応援する有効な政策手段になり得ることを、大阪エルチャレンジの10年にわたる実践が見事に証明している。

今日の社会で、仕事を得て安定的に収入を得られることは、誰にとっても人生の重要なテーマである。とりわけ、障がいを持つ者や色々な状況によって社会から排除された者にとっては、一人では乗り越えられないケースが多い。社会的支援が必要である。障がい者等を積極的に雇用する企業に対して高いポイントを与え入札で有利にすることで、雇用の促進と経営安定化を図る。これを道も札幌市も、ぜひ導入してほしいと願う。

## ○政策入札と公契約条例。

政策入札は、安い業者が優れた業者という価格入札から社会的価値を実現している業者を行政もバックアップする、という行政の意思表示であり、富田さん流に言うところ「行政の哲学」である。この入札制度の転換の中で、当然に、公正労働基準の尊重も評価されるべきである。札幌市は従来の価格入札をそのままにして、官製ワーキングプアの解消のため(?)落札業者に一定の賃上げを義務付ける「公契約条例」を制定しようとしているが、疑問を感じざるを得ない。

価格入札を毎年くり返してきたために、道内ビルメン企業の利益は減少し、従業員の労働条件も劣悪化している。まず、入札制度を見直すことが必要である。手順としては、社会的価値を実現するための契約制度改革基本条例を制定することが先と考える。

## ◆ 用語解説 ◆

## ●政策入札研究フォーラムとは

大阪ビルメンテナンス協会とエル・チャレンジは2007年より「障がい者雇用支援スタッフ養成講座」や「社会貢献セミナー」など協働事業として「障がい者等雇用促進事業」に取り組んできました。これまでも、自治体契約物件の入札制度の研究を行い「総合評価入札」など障がい者等が働きやすい制度を広げる取り組みを進めてきました。

政策入札研究フォーラムは、全国の仲間呼びかけて「働きたい支援「エル・チャレンジ方式」」「育てる入札「総合評価入札」」「新雇用産業」振興のための、積算基準の抜本的な見直し」を国や自治体に求めていきたいと考えています。

## ●ビルメンテナンスとは

建築物の清掃や設備のメンテナンス管理、警備等があります。

## ●エル・チャレンジとは

大阪知的障害者雇用促進建物サービス事業協同組合のこと。設立は平成11年6月3日。当事業協同組合を構成する5団体では、知的障害者等の雇用を促進させるために、実現性の高い清掃業務に取り組み、就労訓練から雇用の確保、そして定着指導までの一貫したプログラムによる就労支援システムの確立に努力をしています。

愛称のエル・チャレンジは(働<=Labor、挑戦=Challenge)が由来。

# 札幌市リユースプラザ

〒004-0003 札幌市厚別区厚別東3条1丁目1-10  
TEL 011-375-1133 FAX 011-375-1155

# 札幌市リサイクルプラザ 発寒工房

〒063-0835 札幌市西区発寒 15 条 14 丁目 2-30  
TEL 011-662-7815 FAX 011-662-7816



<http://www.reuseplaza.jp/>

## 「岩見沢市のみなさんが見学にきました！」

発寒工房 坂本 倫子



笠井館長のリサイクル講座



発寒工房を熱心に見て回る様子

岩見沢市教育委員会が60歳以上の人を対象に施設見学や体験学習、環境への取り組みなどを学ぶことを実施している「ことぶき学園」より、たくさんの方が発寒工房を訪れてくれ、みなさんととても熱心に見てまわって話を聞いていました。

「こんなに綺麗で素敵な家具なら欲しいけれど、札幌市民じゃないと買えないのがとても残念だわ～」と、みなさん口を揃えて言っていました。

施設や工場の見学って楽しいですね。私もよく子供達と一緒に色々な所へ見学に行くのですが、一番楽しいと思ったのはビール工場見学です！

「見学よりも最後の試飲会が楽しみで行くんじゃないの!？」と、多分たくさんの方がつつこんでいることでしょう。(笑)

今は製鉄所の工場見学が人気らしいですよ！



笠井館長(中央下)とみなさんと記念撮影

### ともども秋まつり

# まっぴだ! 環っ

9月22日(土) 秋分の日 10時~15時

#### ともども食堂

豚汁・フランクフルト  
サンマルコ食品の揚げたてコロック  
コココーラの飲み物 など

#### こども縁日

ヨーヨー釣り・お菓子釣り など

#### ステージイベント

午前の部 11:30~

「厚別南マジックサークル」による  
キッズと大人のマジックショー

午後の部 12:30~

「ススキメソード立木バイオリン教室」による  
小学生のバイオリン演奏

写真提供: ルクルラポ



(演奏曲目)  
・「さんぽ」(『となりのトトロ』より)  
・「フーレ」(パッパ)  
・「ガボット」(ゴセック)  
演奏終了後は…

バイオリン体験  
コーナーを開設!

#### 終日開催 (一社)札幌消費者協会環境研究会

すてちやうまえに…おもちやのばくりっこ

遊び終わったおもちゃを持ってきて、  
会場にある気に入ったおもちゃを持って  
帰る「交換サロン」です。

※ぬいぐるみ・おしゃぶり・景品の  
おもちゃは対象外となります。

10:00~ 子供対象・廃材を使った工作)

かんたん! 鳴るこづくり 先着順 20名

材料費 小サイズ 50円/大サイズ 100円 ★当日朝10時~整理券配布

11:00~ 子供対象・エコを楽しく学んじやおう!

「ちつきゅん」と一緒に! 4Rクイズ大会

札幌市の4つのR(リフューズ・リデュース・  
リユース・リサイクル)についてのクイズに  
答えてみよう!

参加者には景品を  
プレゼント!!

13:30~ 正しいごみの分け方、わかるかな?

チャレンジ! ごみ分別ゲーム

札幌消費者協会環境研究会作のゲームです。  
【燃やせるごみ】「燃やせないごみ」【雑がみ】  
など実物とダミーを使って分別に挑戦!

ごみ分別相談コーナー併設

#### 福祉バザー

手づくりクッキー  
手づくりの小物・野菜・  
EMボカシ など

#### フリーマーケット

ともどもネットの  
参加団体が出店!

# リユースプラザ・近況報告 『夏休み期間中は…大忙し!!』

リユースプラザ 松永 クニ子

8月といえば、夏休みです。夏休みといえば、「廃材を使った木工教室」の開催。今年は、西田大作が木工ボランティアの先生とタッグを組んで大活躍しました。

8月4日と5日開催の定員10組のリユースプラザの親子木工教室、8日定員40名の下水道科学館での木工教室と連日大忙し。そしてここで未来の父親、西田大作は子育てについていつも考えさせられるのです。



糸のこは、親子共同作業です。環境事業部の一層の発展のため西田はドンドン進化し続けています。

親子共同作業が時として、親子断絶状態…。子供の自由な発想を阻止する親などなど…。でも、中には親子で廃材の意味や金づち、ドライバー、糸のこなどの道具の使い方をしっかり理解して協力し合う親子の姿に感動する場面もあります。

元学校の先生だった木工ボランティアの先生や、参加する親子から色々なことを学ぶ日々が続いています。

9月には「下水道科学館フェスタ」、10月には青少年科学館にて「第7回環境科学展」での工作教室が決まっています。NPO法人ライフの

## 『ごみの分別は難しい…』

リユースプラザ 森 絵津子

毎日地区リサイクルセンターに「枝・葉・草」が持ち込まれます。5月から持ち込みが開始し12月初旬までという短い期間ですが、大量の持ち込みがあります。というのも、ごみステーションでは月1回の回収だからです。

ところで、私はリユースプラザに来て「枝」の定義に驚きました。

『剪定枝・幹・根は長さ50cm以下直径29cm以内のものを長さが1mのひもで縛って出して下さい。』

と問合せに回答するのは、長さが50cm以上で直径30cm以上の場合は、「大型ごみ」として申込みが必要になるのです。そして更に、「枝・葉・草」で出せないものとして説明するのが、●材木類、木製品、竹●冬囲い用品(むしろなど)●野菜や果実…トモロコシの皮、枝に付いたさくらんぼ、栗のイガなどです。

この時期トモロコシの皮や茎に付いたミニトマトなど、受け取りが出来ないことを説明すると、

「なぜ?」「どこに書いてある!」と怒り出す方も多いです。

平成23年10月改訂のごみ分けガイドや札幌市のHPには出ているのですよ。そしてトモロコシの皮は食品から出たごみですから、  
「生ごみ、ですよ!」

「ごみを出さない暮らし」を目標に、時間があれば“ごみ分けガイド”と“SAPPORO GOMI マガジン”を愛読中の森です。

そして館長の口癖は、

「ごみ分別とごみ減量は、情報交換が大事!」

です。実は来館者の方々から、教えられることが多いのです。リユースプラザのメッセンジャーとして頑張っています。



2週間くらいでこんな山ができます

### 持ち込まれる「枝・葉・草」が変身します!

#### ☆ストラップづくり

9月8日(土)9日(日)

午後0時~午後1時20分

場所: 下水道科学館の木工教室  
※ 午前11時から整理券配布  
定員100名



#### ☆第三土曜日工作教室

9月15日(土)

●午前10:30~  
●午後 1:00~

場所: リユースプラザ  
※ 各回 先着15名



※ 敬老の日が近いのでプレゼントにいかがですか?

※ 講師は西田大作です。どちらの工作教室も、子供対象、参加費無料です。



NPO法人札幌・障害者活動支援センターライフ

# こころや

〒063-0812 札幌市西区琴似2条5丁目3-5  
マンションMOM0102TEL 011-614-1871 FAX 011-613-9323  
kokoroya@npolife.net
 お米精米・販売  
 チラシ折り  
 封筒詰め作業  
 箱折り  
 シール貼り  
 清掃委託業務

## お米の道も一歩から Vol.3

富橋 祐太

最近はお米の精米・ぬか落としを交代制にして、ほぼ全てのメンバーがお米に関われるようになりました。その結果、次にお米をやる人と交代する時に、引き継ぎの連絡や間違わないよう声をかけ合う連携が少しずつできてきました。

米を振る顔つきも真剣そのもの。なんだか職人のようだなと感じることもあります。

先月号でも少しふれた契約栽培についてですが、扱う品種の数や保管方法など話しが進んできました。これからも皆様に美味しいお米をお届けできるよう努力してまいります。



### しごとについて

西野 悠斗

いちばんしてみたいしごとは、こめのせいまいです。

あとは、まちかどそうのじゅうきょにはいつて、4か月になります。

あと、今年の9月に、しんばんぐみ仮面ライダーウィザードが、はじまります。あともうすこしで仮面ライダーフォーゼ最終回です。



### 「自分のこの頃について」

笹尾 知弘

自分のこの頃について最近おもうのですが、何かイライラしてます。たとえばものの言い方が、イラついてキレ気味になってる事があるんじゃないか？と自分でそれを感じたりします。ふだんもおだやかに通そうとはしてるんですが、その気持ちが長続きせず、つい何かイライラしてるのが自分でわかります。



というか、おだやかにできるときもあれば、イラついている時もあります。イラついている時は聞く人、接するひとによっては自分自身も感じてるんですが、言い方にトゲがあったり、聞くほうが皮肉に感じたりする様な言い方だったり、言ってる自分も感じます。

最後には周りの人にヘラヘラ愛想をふりまかないと世の中を渡っていけないのかとか考えたくなくても考えたりもします。心の中ではふつうに適度に肩の力をぬき気楽にしたいなどおもうこともあります。

以上、このごろ感じたことでした。

### さいごは人らしく part②

佐藤 賢治

リハビリはあるし、れんしゅうとマッサージ、それからかいだんにあがるれんしゅう、おふろにはいるれんしゅう、一年に一度とりかえなきゃいけないらしい。一年に一度オペをうけなきゃいけないらしい。ぼっしまでながいったりやしない。いくら出勤途中のこととは、自分がなさけないったりやありやしまい。

人さまにまでめいわくをかけてごめんどうをかけました。自分がかやしいたらない。もうせめてこれから人さまにまでめいわくかけないでいきたい。

いきていきなきゃ、あとで自分もこうかいする。なくなれた人たちの分も仕事するにしてもなんにしてもとにかくもらったいのちたいせつにしなきゃ、いきなきゃ、あとでぜったいこうかいする。こうかいしたくないし、こうかいした分もうしわけない、人からもらった血たいせつにしなきゃ。 完



アウトソーシングセンター  
元気ジョブ

札幌市中央区南 8 条西 2 丁目 5-74  
市民活動プラザ星園 103  
TEL 011-596-6581  
FAX 011-596-6582  
E-mail: genki@hatarakutei.jp



## 讃岐うどん食べある記

蜷川 聡

旅に出るとその土地でしか味わえないものがあります。その味を求め、旅に出ることが多い自分でもあります。

旅が好きな私が、その中でも一番ハマったものは、香川県の「讃岐うどん」です。2003 年から毎年、私は香川県へ旅をしています。



去年は 2 回、今年は 3 月に香川県へ旅をしました。特に 2006 年の映画「UDON」から始まり、人気テレビ番組「秘密のケンミンSHOW」などで頻繁に取り上げられたこと、そして香川県庁自ら全国 PR をしている「うどん県」の影響もあってか、この数年続く讃岐うどんブーム！ 年々多くの人が香川県に足を運んでいます。

私は香川に着いたらまずはレンタカーを借ります。香川のレンタカーに付いているカーナビには有名なうどん店の住所がおよそ 150 軒もマーク設定されている。このナビがうどん巡りにはとても重要で頼りになる相棒になります。

讃岐うどんと言ってもそれぞれの店によって個性があり味も違う、私は 1 日で 3~5 店のお店を廻ります。中でも讃岐うどんを楽しむ鉄則として私がオススメしたいのが「製麺所」タイプのお店です。製麺所タイプの店とは、もともとお店に卸す専門の製麺所だった店が、客にも食べさせてくれるようになったといううどん店だ。立地も店構えも強烈に怪しい…。田んぼの中にポツンとある店や民家そのままの店、以前は物置だった造りのお店など、何もかもが全く“間に合わせ”であったり、どの店もカーナビや地図やガイドブックが無ければとても辿り着けない店ばかりである。

もちろんセルフサービス。自分で茹でる店、畑にあるネギを自分で摘んで自分で切らないといけない店、店主の自宅に上がって食べさせてくれる店など、とにかくすごいお店が何軒もある。

そんな製麺所タイプの店で有名かつ、私がハマってしまったお店が「池上製麺所」なるお店だ。

お店に入ると愛嬌たっぷりの店主「るみばあちゃん」こと池上瑠美子さんが笑顔で迎えてくれる。80 歳近いるみばあちゃんは「讃岐うどんのスーパーアイドル」？ としてテレビや雑誌などに登場した事でも有名な店主だ！ この池上製麺所のうどんは 1 玉 150 円！ 300 円あれば 2 玉 (250 円) 生卵 (50 円) で食べられるという激安価格！ (以前はさらに安い 1 玉 70 円だったが) 東京や札幌では絶対に考えられない価格である。

いつもるみばあちゃんは札幌から来た自分を「遠くからよく来たねー、卵サービスするよ！」と 50 円の生卵をサービスしてくれる。微妙？ だが、この優しさがなんだかうれしくなる。

茹で上がったうどんに生卵とネギをのせ、なぜか“ポンプ型シャンプー”の容器 (笑) に入ったダシをかけてかき混ぜれば「釜玉うどん」の完成である。まさに「和風カルボナーラ」！ コシのあるうどんと卵がからまったダシは絶品！ 至福の時だ。

本場の「讃岐うどん」の醍醐味を感じさせるるみばあちゃんの釜玉うどんは一度食べる価値がある逸品といえる。

讃岐うどんはまさしく、安くても素晴らしい価値がある食べ物だと思う。

私も「元気ジョブ」が素晴らしい価値のある仕事だという事をたくさんの方々にアピールするために日々奮闘中であります。

みなさんに、その価値が実感出来るようにと、うどん好きの私が思う今日この頃です。



るみばあちゃんと私



♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪

♪ NPO法人 札幌・障害者活動支援センターライフ

♪ **共働サービス たねや**

♪ 〒063-0804 札幌市西区二十四軒4条6丁目5-32

♪ テラ二十四軒1階

♪ TEL 011-613-0611 FAX 011-644-0088

♪ [taneya@npolife.net](mailto:taneya@npolife.net)

♪ 出張販売

♪ 配送業務

♪ チラシ折り

♪ 封筒詰め作業

♪ 箱折り・シール貼り

♪ 清掃委託業務

♪ その他委託業務

♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪

『 たねやの植物達… 』

所長 島 明子

たねやの事務所が傍楽亭に移動して一年が経ちました。それと同時に植物コレクションがどんどん増えています。植物は島家から誘拐して来たり、100円ショップから買って来たり、木原さんが議員さんのパーティーの景品でお花を頂いたり様々です。

おかげ様で「この植物売り物なの??」「植物の苗とか売っているの?」「お花売っているの?」と言って店内に入ってきてくれるお客様が増え、ついでに他の商品を買ってくれます♪

スタッフ奥井さんも植物に興味がなかったのに、いつの頃からか毎朝植物に水をあげてくれるようになりました(笑)

南友康さんは暇さえあれば植物と向き合っている私を見かけたら必ず「すばらしいお店?ウフフ♥」と言ってきます(笑)

植物の力を借りて、植物とともにたねやも成長していつか芽が出るでしょう。



☆ たねやイチオシ 今月のオススメ!!! ☆



● EMボカシ  
600g 220円

● 生ゴミにEMボカシを入れて10日間くらいで悪臭のない発酵肥料ができます。

※原料は米糠・もみ殻・EM-1・糠蜜・セラミック

● 三笠産のみやまファームの野菜



オクラ  
100g 180円  
ミニトマト  
100g 120円  
スイカ  
1玉 400円~  
※大きさにより異なります

● 毎週入荷される野菜が変わります。産地直送の野菜をお楽しみください

『ポスティングについて』



小野寺 貴彦

ポスティングで金をたくさんもうけたいと思う。あつくてもう仕事がんばろうと思います。

『清掃について』

高橋 洋幸

最近、清掃のことでメンバーと話合いをしながら色々気がつく点が多いので、今まで以上に気を引き締めて清掃をしています。

『一年で終わりはしないぞ (莓) 』

小野寺 宏基

いちごの農園でイチゴを冬の終わりぐらいから始め、まだ一年目だからイチゴがうまくできるか心配でしたが、今になったらイチゴの農作業は初めてなのにとっても上手くできました。



就労継続支援事業A型 印刷物版下制作・製本  
共働事業所 ポスティング・DM発送  
その他の軽作業

# きばりや



## ブックレットが完成しました！

為井 まどか

当事業所の門田さんを中心に、制作・デザインしていたブックレット、著者 岡林満美さん（こころや在籍）の「僕たちだって人間だ!!」が遂に完成いたしました!!

校正について、特別知識があったわけではないで、昨年の8月に門田さんがきばりやへ異動してきてから少しずつ教えてもらい、私も校正の部分でお仕事させていただきました。

売り物になるような本にするということは、空いている時間に少しずつ勉強していた私にはとても大変な作業でしたが、わからないことは調べたり、確認したりして何とか形になり、最終的に所長をはじめ、それぞれが「こうした方がいいのではないか。」と知恵を出し合い、やっとの想いで完成させたのです。

岡林さんの人生がぎっしり詰まった1冊になっていると思いますので、ぜひ一度読んでみて下さい。

更に、「僕たちの小さい命」という、作詞：岡林さん、作曲：小山学さんのCDも販売することになりましたので、ぜひこちらも聴いてみて下さい。

ブックレットは1冊800円(税込)。CDは1枚300円(税込)です。両方同時購入で、1,000円(税込)となります。詳しくは、P15 をご覧ください。



## 野菜丸かじり

加藤 信一

タツカームの広大な農場を見学させていただき、25年前に小さな民家から始まったとは思えないほどの壮大さを感じました。夕方の5時から焼肉パーティーを開催していただいたのですが、私は切り分けられた野菜を焼くことなく、そのまま食べてしまいました。

ズッキーニ・ナス・玉ねぎ・ピーマンなど、そのまま食べるとすごく新鮮で、とても甘く、大皿の野菜をバリバリとほおばっていました。さらには野菜の浅漬けも、お椀に5杯ぐらい食べてしまいました。

大自然の中でおいしい物を食べる…。こんな贅沢はありません。私も現在、イチゴ栽培に携わっていますが、たくさんの方に美味しいイチゴを提供できたら、これ以上、嬉しいことはありません。

## きばりや

濱中 孝仁

僕たちはきばりやでいろいろな仕事をみんなが一生懸命にがんばったことがたくさん。

5年経って仕事をはじめものに上神田さんと一緒にうれしかったです。最後まで自分がいろいろな仕事をがんばりました。

## 共働事業所 きばりや

〒063-0812 札幌市西区琴似2条5丁目3-5 マンションMOMO1F  
TEL:(011)644-5533 FAX:(011)613-9323

## Cafe de キバリヤ

〒060-0808 札幌市北区北8条西3丁目 札幌エルプラザ3F  
TEL/FAX : (011)758-6533

## ワゴン販売1年とカフェでの日々

鈴木 昭子

最近のカフェは、ワゴン販売を下で開始してから1年が経ち、少しずつではありますがお客様も増えてきて、冷たいものがよく売れるたびに定着してきたのかなあと感じています。

私は、1Fのワゴン販売と3Fのカフェとをほぼ毎日行ったり来たりでバタバタしていることもあり、さらに暑さにも弱いのでバテ気味になりながら働いています。

9月はエルプラ祭の時期なので、それまでに体に気をつけながら働きたいと思っています。

## ～cafe de キバリヤより～

### エルプラまつり 2012 9/8(土)

札幌エルプラザを利用する団体さんが、日ごろの成果を発表する、年に一度のお祭りです。ステージ発表や、体験コーナー、展示会、手づくりの品の販売等、朝10時から夕方4時まで賑やかな1日。

カフェ・ド・キバリヤでは、エルプラまつり限定のランチBOXと、きばりや生産の苺のスイーツ、野菜のスイーツを販売しますので、ぜひ来店下さい。



**コン・ブリオ ひだまり**  
 〒063-0812 札幌市西区琴似 2 条 3 丁目 2-37  
 サンハイム 1 階  
**TEL 615-4131 FAX 615-4132**  
 E-mail : konburio@nplife.net

8月からひだまりで勤務することになりました、佐藤加奈子と申します。  
 以前はカフェや結婚式場で料理を作っており、本職は調理師です。趣味はフットサル・スノーボードなど体を動かすことや、旅行・食べ歩き・スポーツ観戦…と好奇心旺盛です。  
 まだまだ慣れないことばかりでお役に立てない日々ですが、ライフのみなさんの優しさに答えられるように努力していきます。  
 どうぞよろしくお祈りします！



**☆キッチンレシピ!☆**

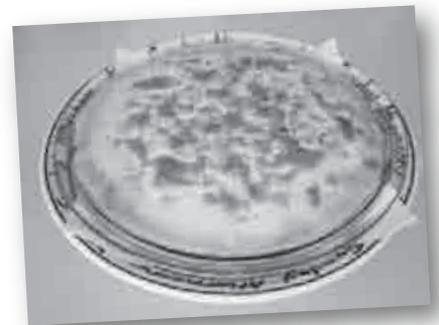
**<野菜の豆乳グラタン> 2人分**

- ① かぼちゃは小さめの一口サイズに切り、お湯に固形チキンブイヨンと塩を入れてゆでる。枝豆も同様にゆでる。
- ② たまねぎは荒みじん切りに切る。
- ③ 豆乳ホワイトソースを作る。鍋にバターを溶かし、②のたまねぎを弱火で炒め、透き通ってきたら小麦粉を加えて、鍋底にこげつかないように注意しながら木べらで炒める。粉っぽさがなくなったら水と豆乳をあらかじめ合わせておいたもの（できればあまり冷たくないもの）を5回に分けて加え、さらに炒め、塩、チキンブイヨンで味を整える。
- ④ 耐熱皿に①を盛り、ホワイトソースをかけてチーズをのせ、180℃で10～15分焼いて出来上がり。



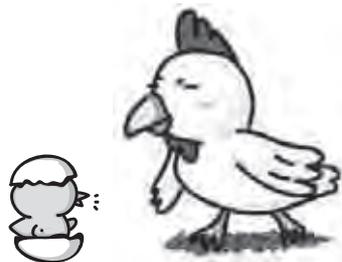
**< 材料 2人分 >**

かぼちゃ……………1/4玉	豆乳…………… 500cc
たまねぎ……………1/2ヶ	水…………… 500cc
枝豆…………… 50g	バター（マーガリン）… 50g
ミックステーズ ……50g	小麦粉……………125g
	固形チキンブイヨン…1/2ヶ
	塩…………… 少々



**たつかーむの見学** **藤井 孝雄**

7月27日（金）28日（土）に壮瞥町のたつかーむに見学に行きました。たつかーむは、野菜畑を見学してニワトリがいる養鶏場へ見学に行きました。ヒヨコも見ました。天然のパンを作っているところを見せてもらいました。



**壮瞥町たつかーむに行つて** **松橋 勇祐**

7月27日～28日の金・土1泊2日で壮瞥町たつかーむに行ってきました。野菜ではトマトやズッキーニなどの収穫・生産をしていました。にわとりもたくさん飼育していましたし、有精自然卵の生産などで健康的に育てていました。  
 夕方は外でのジンギスカンパーティを開きました。肉・野菜を焼いて食べたりジュースなども飲んだりしました。朝食はパンとお茶でした。結構おいしかったです。楽しかったです。

**☆ひだまりで働きたい障害者メンバーさん募集中!!**



# ヘルパー派遣業務・在宅介護支援 **ゆい 繭結**

札幌市西区二十四軒4条6丁目5-32 テラ二十四軒 1F TEL 011-623-2505 FAX 011-644-0088

## 『 尊重しあえる環境を... 』

所長 佐々木 泰彦

今年の2月10日に左足にケガをして入院していました。入院生活は10年ぶりです以前より身体機能が落ちているので、不安でいっぱいでした。

重度の障害でなかなか病院側の受け入れがスムーズにいかなく、粉碎骨折で重症にもかかわらず、10日間も骨折した状態でベッドの上で寝たきりでした。

毎晩、足の痛みと不安で、睡眠薬をもらって寝る日々が続きました。入院してやっと手術が終わり足を固定されて一安心したのもつかの間、それからすぐにリハビリが室内で始まり、毎日の動きにリズムが出てきたときに、重度障害で使える入院時コミュニケーションの制度を使い、(月75時間しか使えませんが…)ヘルパーさんに来てもらい、身の回りのことを手伝ってもらいました。

それから3か月後、何とか退院することができて、自宅で生活ができる喜びでいっぱいでした。

12年間の施設生活を経験している僕は、今の自分が家族の協力だけではなく、ヘルパーさんに支えられ生活をしていける喜びを、改めて感じました。

現在、介護の仕事から離れていく人が増えていて、募集してもなかなか人がこなくて困っています。僕は事業所側と利用者側の両方の立場で考えられるので、その原因のひとつとして、ヘルパーへの保障の面と利用者側のヘルパーへの対応ではないかと思っています。よく利用者側から聞く言葉が、「お前ら金をもらっているんだからやるのが当たり前だろ。」

とか、利用する側の思いを前に出してきたり、一見わがままにもとれる態度や、「別に違うところ(事業所)を探すからいいわ。」

とヘルパーへの感謝の気持ちの考えられない言動。事業所とヘルパーにも問題があることはあると思いますが、もう少し考えていかなければ、地域での生活は難しくなると思います。

ホームヘルパーの制度ができ始めたころは、確

かに簡単に取れる資格の1つだし、ちょっと小遣い稼ぎにヘルパーでもやってみようかな…、という主婦層の皆さんがいたのも現実です。

ただ、どんなに無心な状態で各家庭に入って仕事をしてほしいとヘルパーさんたちに言ったところで、利用者さんたちへの思いはそれぞれに何とか過ごしやすいようにと、感情がからんでくると思うんですね。

今、高齢者の事業所で、ヘルパーが減少していると聞きますが、自立支援の方はもっと減ってきているという現状があり、それがもっと重大な現実だということを、皆さんに感じてほしくて書きました。

皆さん、昔1か所にまとまって施設生活をしてきた時代をもう一度考えた上で、自由をはき違えない、共に生き共に生活をしていく者として、お互い(利用者・介助者)を尊重しあえる環境を作っていくませんか？

僕も、なかなか感謝の気持ちを言葉に表せられないほうですが、自分の力だけでは生活はしていけないのですから。

## お知らせ

ヘルパーステーション繭結(ゆい)では、ホームヘルパー(1級または2級ヘルパー資格保持者)を募集しております。まずはお話だけでも聞いてみませんか？ご応募お待ちしております。

**[勤務先]** 西・東・北・厚別・白石の各区  
※勤務場所への直行直帰可

**[資格]** 経験不問、学生さんもOK、ブランクがある方・未経験・勉強中の方も歓迎

**[時間]** 7:00~24:00の間で  
2~6時間位、週1~6日の勤務

**[給与]** 時給850~1,200円以上、交通費規定

**[応募]** 電話の上、写真付履歴書ご持参下さい。

★勤務先・時間・日数等、ご希望に合わせます。

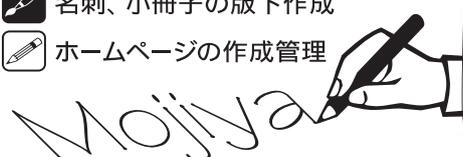
**[連絡先]** Tel:011-623-2505(佐々木・笠井)  
札幌市西区二十四軒4条6丁目5-32



# 共働事業所 もじや

〒064-0808  
札幌市中央区南 8 条西 2 丁目 5-74 市民活動プラザ 星園 104  
TEL (011)596-6583 FAX(011)596-6584  
E-mail:mojiya@npolife.net

- 印刷・編集・制作・出版・企画
- テープ起こし
- 名刺、小冊子の版下作成
- ホームページの作成管理



## 『暑く寝苦しい夜に水をいっぱい』

所長 福田 義浩

国中が熱狂していたオリンピックも幕を閉じ、札幌の夏の風物詩である大通のビアガーデンも終わってしまった。

朝の地下鉄は、相変わらず無言で乗客がつり革にぶらさがり、信号待ちの人達は何かにイライラしながら、なかなか変わらない信号を待っている。

星園に来て早一年が過ぎた。その間、西田さんが仲間に加わり、永島家には娘が増え、上の娘も今年小学校に入学し、何かと忙しい毎日を送っている。

また7月には、下斗米さんが退職し、岩崎君が入院して2か月になろうとしている。往く人があれば来る人もある。人は変われど相変わらず皆忙しく働いている。

働く環境が大きく変わった事で、いくつかのいい効果も生じている。その一つは何といっても異業種、他団体との交流ができる事である。もじやだけでなく、プラザ星園を見学に来た方々とも交流があったり、仕事を依頼されたり、星園の会議で知り合いになったりと、出会いの場は、様々だが、貴重な経験につながっている。

ここプラザ星園では、東北から震災により住居を失って札幌に移り住んでいる方が、札幌に仕事や住居を探しに来られる方々の手助けをしている事業所がある。

彼等が札幌に来て苦労された経験を伝え、困り事の相談相手にもなっている事をここに初めて知った。初めて来た異郷の地は、心細く不安に違いない。そんな時に頼れる彼等の存在は何よりも心強いに違いない。

遠くベーリング海を渡り、カナダ西部に流れ着く家具や思い出の品々をひろい集める事はできないけれど、彼等のためにできるだけの事はしようと思う。

北海道開拓のために、多くの東北の方々が入植

された。満足な食事もなく、荒地を耕す道具もない。当然電気もなく、うす暗いランプやろうそくの灯を頼りに労をおしまず働いて、今の北海道の礎を築いてくれた東北の人々に、今度は私達がその恩を返す番である。東北の人達が「もういいよ」と言ってくれるその日まで、この震災のことは風化させてはいけないのだ。

暑い風もやがては爽やかな秋風になり、山々が赤や黄のコントラストになると、北海道が一番いい季節になる。今はそれが少しでも、彼等の心のいやしになってくれる事を祈ってやまない。

## 『たつか一むに行って』

石川 和寛

7月27・28日伊達市にある「たつか一む」という所にライブともえぎの方々と一緒に行ってきました。もじやからは5人行くことになりました。

最初は西田サンが行くことになっていましたが、急遽僕が行くことになりました。急に行くことになったので、前日に足りない物を買ってといった感じでした。

10時半頃にライブを出発し、伊達市のSAでもえぎのみなさんと合流し再出発しました。たつか一むに到着し、養鶏場などを見て回りました。外はかなり暑かったです。

夜にはたつか一むで働いている方々と一緒にジンギスカンを食べながら、楽しい一時を過ごしました。朝早かったので帰るときの車は寝てた方もいらっしまったと思います。

またこういう機会があったら行ってみたいです。今度は自分から行くことにしよ。あと、代表たちが酒飲むなら花火もいいんじゃないかなと思ったりして…考えておくれ。





このページは障害者を家族に持つ方たちのコーナーです。毎日の生活で、楽しかったこと、辛かったこと、泣いたこと、笑ったこと。思いおもいのことを語り合ってみませんか。もちろん匿名でもOKです。原稿はきばりや門田迄お願い致します。

〒063-0812 札幌市西区琴似2条5丁目3-5-101  
TEL011-644-5533 FAX011-613-9323  
E-mail:kadota@npolife.net

ライフの共に生きる場所として設立された共同住居。何かと心温まる話題を振りまいてくれます。今回は、こころやの山口さん作詞の“まちかどブルース”（アドボケイト6月号5p参照）の登場人物、健人さん（23歳）のお母さまが、入居の際の親の心の葛藤を書いてくださいました。

## 迷ったら、進んでみよう

嬉野 恵子さん

「ええ～！将来の事～!？」どうしよう。みんなどうするの？ とりあえず施設見学？ 行っとこう！ 講演会？ 聞いとうこう！ だけど何かよくわからない。みんな勉強してるんだ。えっ施設に入所するのに寄付金があるの？ 入所させてもらうには、何度も通って顔つなぎ的なことするの？

あーどれも無理だ。なんかそういう事じゃなく、もっと現実的に将来の健人の事を考えなくては…。施設に入れて終わりではなく、健人のイキイキとした笑顔がこれから先も続くように、私がいなくなってからも仲間たちやいろいろな人たちに支えられながら生きていける術を…。

高校で寄宿舎に入った。なるほど、家ではやらないことをやっている。知らないうちに、洗たくが出来るようになった。1日の流れも規則正しくなっている。そして、1年生の終わりには、乗継をして新篠津までひとりで通えるようになった。

そうすると、まわりの先生や友だちのお母さんたちにも、「健人くんすごい!」とほめられるようになる。それに気をよくして、健人はぐんぐん伸びていった。自信がついて、たくましくなった。

心のどこかで自立させなければと、悩んでいる私の気持ちをよそに、健人は静かにゆっくりと私から離れ、自然に自立の道に進んでいったように思います。だけど自分の意志で物事を決定できる訳ではないので、健人の本当の気持ちがわからず、私の一言で決めるのには本当に迷いがあります。漠然とした考えで、いずれ健人を家から出さなければ…と、高校を卒業してからずーっと考え

ていて、だけど自分の力では何からすればいいのか、はたして今、家から出ているのか？ 早すぎないか？ だけどこのまま時期を逃してしまうのではないか…。そういう迷いのある時にまちかど荘の話があった。いまだ!! いや、まだだ。チャンスか？ いや、失敗するかも…。健人は悲しむかな…。まわりの人とうまくやれるかな…。迷惑とかかけないかな…。あーでも早く決めないと部屋がなくなってしまう！ えい!!

その日の夜、即、専務理事の石澤さんに電話をかけて「健人をお願いします。共同住居に入れてください。」

は～！ 決断してしまった。もう後もどりできないぞ。今でもその時の事を思い出すとドキドキしてくる。ま、うまくいかなかったら、また家にあたたかく迎えてあげようと思いながら早3か月たちました。今では、すっかりまちかど荘の住人で、みんなに本当によくしてもらい、土日に家に戻ってきても日曜日の午後はソワソワして、夕方4時には洗面、着がえをしてリュックをしょって、サササッとまちかど荘へ帰って行き、拍子抜けするぐらいです。

家や家族ももちろん健人にとってなくてはならない存在だと思うけど、その他にこころやのスタッフ、メンバー、そしてまちかど荘のみんな、ヘルパーさんたちと、健人の世界が広がり、私の知らない所で健人はたくましく生きているのだなと思います。



NPO 法人 札幌・障害者活動支援センターライフ

# ゆめぴりか

北海道の優良品種  
極良食味米

北海道で生まれ育ったゆめぴりか。  
味、ツヤ、甘みのすべてを兼ね備えた最高級米！！  
某スーパーでも、広告の品価格で 5kg 2,380円する最高級米が  
ライフでは **低農薬栽培** で **精米したての分づき米**

安心・安全!!

新鮮!!

栄養価たっぷり!!



3kg **1,350円** 5kg **2,250円**

と驚きの低価格！！  
この機会にぜひお買い求めを！！

※ ご要望に応じて玄米から白米まで精米いたします。

**ゆめぴりかの特徴** 適度な粘りと甘みがあり、コシヒカリほどべたつきがなく、口に入れたときのモチモチ感、ふっくら感も十分で、大満足の食感です。炊きあがりの見た目も最高評価です!!

**分づき米とは?** 玄米と白米の間のお米で、両方の良さを味わう方法が「分づき米」。玄米の栄養素と白米の美味しさの“いいとこ取り”の分づき米が、今大きな注目を集めています。白米と比べるとビタミン・ミネラル・食物繊維を豊富に含んでいるため栄養面でも優れています。

**本田農場生産の低農薬栽培は?** 除草剤・イモチ防除剤 各1回のみ散布して栽培しています。

お買い求めは

**こころや**  
札幌市西区琴似2条5丁目3-5 マンションMOMO1F  
TEL:011-614-1871 FAX:011-613-9323

**コン・ブオ ひだまり** ☘️🐱  
札幌市西区琴似2条3丁目2-37 サンハイム1F  
TEL:011-615-4131 FAX:011-615-4132

共働サービス **たねや** 🌱  
札幌市西区二十四軒4条6丁目5-32 テラ二十四軒1F  
TEL:011-613-0611 FAX:011-644-0088

# cafe de kibariya



自慢のオリジナルコーヒーをギュッと詰めた

## ドリップパック

が出来ました。

朝の忙しい時間でも、  
**簡単・早い・美味しい**  
コーヒーが楽しめます。



袋の封を切ると、とても良い香りが広がり、美味しさは申し分なです。  
お湯を注ぐだけで、簡単に香り・美味しさを楽しめるドリップコーヒーはいかが?!

お買い求めは NPO 法人 札幌・障害者活動支援センターライフ

**Cafe de キバリヤ** 共働事業所 **きばりや**

☎️060-0808 ☎️063-0812  
札幌市北区北8条西3丁目 札幌エルプラザ3F 札幌市西区琴似2条5丁目3-5 マンションMOMO1F  
TEL/FAX : (011)758-6533 TEL:(011)644-5533 FAX:(011)613-9323

バラ売 1コ 1袋 7コ入 1箱 7コ入  
**90円** **590円** **630円**

# ライフの事業所 ころや在籍の岡林満美(おかばやし みつよし)さん執筆 NPOライフブック 待望の 第3段

**絶賛発売中**

障害者として生まれた満美。  
話すことも、自由に動かすことも出来ない手足で  
自殺まで考えた彼が今、  
『生きていて幸せだ。』と言えるのは…  
岡林満美、渾身の一冊、**ぼくたちだって人間だ!!**



**CD 岡林満美  
僕たちの小さい命  
同時発売!!**

NPO ライフブックレット No.3  
2012年8月31日発行  
『ぼくたちだって人間だ!!』  
定価 800円(送料別)  
A5判 134ページ

2012年8月31日発売  
『僕たちの小さい命』  
定価 300円(送料別)  
※ 同時購入 1,000円(送料別)

## 震災復興は雇用の創出から いまこそ社会的事業所の出番です!

昨年1月に開催したセミナー  
『障害者等の就労を考える 社会的事業所の役割』の  
講演記録ができました!

mpolifebooks

NPO ライフ

**02**

**誰もが働ける社会を**

講座 「障害者等の雇用を考える  
社会的事業所の役割」報告集

公は制度がないと動かないし、儲からないと  
民は動かないけど、公でもない民でもない、  
この社会の我々の生き方というのを  
とりあえず「社会的事業所」と呼ぼうか

—— ㈱ナイス代表取締役 富田 一孝

社会的困難を抱える人たちとの「共働」  
をめざす、「社会的事業所」制度の法制  
化は急務であります。

### 社会的事業所とは何か?

その理念と実践の取り組みが解りやすく  
語られています。

NPO ライフブックレット No.2  
2011年6月30日発行  
『誰もが働ける社会を』  
定価 1,000円(送料別)  
A5判 140ページ



私たちは「福祉」という言  
葉を好まない。それは、「福  
祉施策」を必要とする人た  
ちを見下したときに使われ  
ることが多いように感じられ  
るから…

本来『「人間福祉」である  
べき「福祉」が、今、「制度  
としての福祉」になりさがっ  
ている』という社会福祉法  
人この実会の加藤孝さんの  
言葉に触発され、『さつぽろ  
人間福祉ブックレット』を発  
行する。

NPO ライフブックレット No.1 2008年8月31日発行  
『収容施設はもういらないと思うまで』  
定価 840円(送料別) A5判 72ページ

### ●お申し込み

NPO法人札幌・障害者活動支援センターライフ

札幌市西区琴似2条5丁目3-5 マンションモモ1F  
TEL:011-633-6666 FAX:011-613-9323  
mail:honbu@npolife.net HP:http://npolife.net/

今年もやってきました  
そばめんの季節!!!



長崎島原名産

蔵田本格手延べ

島原手延そば

ひやむぎ

「細さ」  
「舌ざわり」  
「こし」  
伝統の味わいを心ゆくまで  
お楽しみ下さい。

ご注文承ります!!!



①ひやむぎ・麦作  
化粧箱・1500g詰 (150g×10束)  
包装外寸=297×240×39mm  
標準小売価格 1個 ~~3,675円~~  
**2,550円**



②そうめん・夏ごごろ  
化粧箱・1800g詰 (50g×36束)  
包装外寸=318×220×42mm  
標準小売価格 1個 ~~4,200円~~  
**2,850円**



③そうめん・細糸の舞  
木箱・2000g詰 (50g×40束)  
包装外寸=335×210×47mm  
標準小売価格 1個 ~~5,250円~~  
**3,550円**



製造元  
島原手延素麺協同組合

発売元  
NPO法人 札幌・障害者活動支援センターライフ  
共働サービス たねや  
〒063-0804  
札幌市西区二十四軒4条6丁目5-32 テラ二十四軒1階  
TEL 613-0611 FAX 644-0088

島原の手延素うめんは、全面の生産量の約三割を占め、現在では、全国のデパートで夏の特売商品として、発売されております。

私共の商品は、三六〇年に及ぶ島原の手づくり技術の粋をつくしたものでございます。

食すれば口の中で舞うがごとく、のどを流れ、舌ざわり、こし、のどを通り、どれをとりまして、満足頂けるものと存じます。

又、味付け、調理法とも工夫次第で色々なおいしさが発見できます。

暑い夏、島原の手延素うめんを食べて、すっきりさわやかなひと時をお過ごし下さい。

長い伝統と独特の技術で製造された島原手延素うめんは、ご家庭で、また、ご贈答品としては最適と存じます。

《おいしいゆで方》

①そうめん  
多めの沸騰したお湯にめんをバラバラと入れ、軽くかきまぜます。  
ゆで時間は2分程が標準です。  
お好みのゆで加減を確かめてザルに上げてよく水洗いして下さい。ゆで上がり後はなるべく早くにお湯を上げり下さい。

②ひやむぎ  
多めの沸騰したお湯にめんをバラバラと入れ、軽くかきまぜます。  
ゆで時間は4分程が標準です。火を止め、3分程待ちます。  
お好みのゆで加減を確かめてザルに上げてよく水洗いして下さい。ゆで上がり後はなるべく早くにお湯を上げり下さい。

K228

# 商品注文書

# No.

**※取り扱い事業所**

NPO法人 札幌・障害者活動支援センターライフ

**共働サービス たねや**

〒063-0804 札幌市西区二十四軒4条6丁目5-32 テラ二十四軒1階  
 TEL 011-613-0611 FAX 011-644-0088  
 taneya@npolife.net

- 商品番号は裏面を参照して、お申し込み下さい。
- 住所・氏名の難しい漢字には、フリガナをお願いいたします。
- 郵便番号・電話番号（市外局番含む）は、必ず記入して下さい。

**FAX(011)644-0088 入金後の発送となります**

**お支払い方法（番号を○で囲んでください）**

1. 現金（代引はお取り扱いしていません）
2. 銀行振込／北洋銀行 琴似中央支店 (普)口座番号：4616684  
 特定非営利活動法人 札幌・障害者活動支援センターライフ  
 共働サービス たねや 理事長 我妻 武  
 (振込手数料はお客様負担となりますのでご了承下さい)

品名	値段	個数	金額	備考
① ひやむぎ・麦作	2,550 円	個	円	
② 夏ごころ	2,850 円	個	円	
③ 細糸の舞	3,550 円	個	円	
	合計	個	円	総合計金額
	送料		円	円

※送料は、市内・道内は5個まで1件につき500円、道外は1000円負担になりますのでご了承ください。  
 6個以上は5個毎に200円の追加料金がかかります。（離島・沖縄は実費送料必要です）

※全て消費税込みの金額となっております。

申 込 者	住所	〒		
	フリガナ	-----		
	名前			
	電話		FAX	
お 届 け 先 ①	住所	〒		
	フリガナ	-----		
	名前			
	電話		商品番号	
お 届 け 先 ②	住所	〒		
	フリガナ	-----		
	名前			
	電話		商品番号	

私のオススメ

くさか 里樹 著  
「ヘルプマン!」21巻[震災編]episode1

蘭結管理者&発寒工房館長 笠井 衛二

3.11のもうひとつの物語である。

ケアマネの仁は介護の実践報告で、某県に招かれ、喫茶店で明日の報告内容を再読する場面から本編はスタートする。

突然の大地震、コップやお皿が飛び乱れ、全てがなぎ倒された室内。その揺れが止まると、津波だ、逃げろの声。居合わせた仁も、見知らぬお婆さんを背負いながら、必死に高台に逃げるが、波に呑まれお婆さんを失い、本人も九死に一生を得て助けだされる。ビルの屋上に逃れた人達にとって暗く寒い不安な夜が始まった。

作者は執拗に細部に固執する。画面の隅々まで震災を描こうと緊張を強いる。極限の状況の中で、人は何ができるのか、人にとって必要なものはなにか、を問い続ける。

仁は、避難所に行こうとしないお年寄りに、参りました、降参です、と胸内を開き、自分の足で立たなければとの老人の強がりに、それが聞きたかったと力を奮わせ、個の無力と個の偉大さを痛感する。その場に立った者しかわからない現実と事実。震災の大きさと悲惨な状況から誰もが見逃してきた小さな、たとえば一杯の水から生まれた絆の力強さ。

巻末に描かれた、東北のリアルヘルプマン達の明るさが、この未曾有の災害の大きさを雄弁に語っている。

読み終えて真っ先に思う。災害に立ち向かったリアルヘルプマン達と、事実挑戦した作者くさか里樹さんに感謝したい。

発行：講談社  
定価：570円(税込)



編集後記

暑さ寒さも彼岸までというが、今年の北海道はお盆が過ぎても暑かった。私の扇子もフル活動。下戸の方には申し訳ないが、例年夏の恒例である大通公園でのピアガーデンがもう少しやっていたら涼めたのかもしれない。心配された計画停電も今のところは何とか実施されずに保っている。しかし、北海道はこれから一気に秋から冬へと衣替えとなる。照明を使用する時間も長くなるし、暖房、ロードヒーティングなど夏よりも電力を使うことも多くなるから心配である。生活の質や暮らし方を考えて生活のダウンサイジングも必要だが、それをどうやって実践出来るのか、していくのが知恵の出どころだ。喉元過ぎればと忘れるようなことだけは避けたい。まずは個人で実践だ。(タケ)

ご協力ありがとうございます

寄付金

財) 日本社会福祉弘済会様  
有) 菊池珈琲様  
皆川 洋美様  
上野 由照様  
織本 英子様  
匿名希望 様

アドボケ購読料

皆川 洋美様  
濱中 邦彦様  
小野 正美様

賛同会費

匿名希望 様

アドボケ購読者様よりありがたいお言葉をいただきました。

いつも「アドボケ」を愛読しています。「元気」つけられています。「前向き」に「生きている」そういう姿を大いに呼吸しています。いきます。 T様より

～ライフカンパのお願い～



NPO札幌・障害者活動支援センターライフでは、設立して23周年(法人化して12年)を越えたところですが、これまで何か行動を起こす時に目標を設定してカンパのお願いをしてきました。しかし、昨年末から皆様方にライフ運営資金のためのカンパをお願いしてきています。

ここ数年続く世界的な不況で仕事量は減っており、ライフの運営が厳しくなっていることも事実です。そこで、大変恐縮ですが、ライフの運動に共感する皆様方からの応援を是非ともお願いしたいと思います。

振り込み先

北洋銀行 琴似中央支店 普通預金 4606735  
加入者名 特定非営利活動法人  
札幌障害者活動支援センターライフ  
理事長 我妻 武

札幌信用金庫 琴似支店 普通預金 3296744  
加入者名 特定非営利活動法人  
札幌障害者活動支援センターライフ  
理事長 我妻 武

ゆうちょ銀行 振替口座 02710-4-63485  
加入者名 NPO札幌・障害者活動支援センターライフ

アドボケイト 長月号(第142号)

2012年9月10日発行(毎月10日発行) HSK通巻第486号

1973年1月13日第3種郵便物認可

発行人/北海道障害者団体定期刊行物協会

細川 久美子

〒063-0868 札幌市西区八軒8条東5丁目4-18

編集人/NPO法人札幌・障害者活動支援センターライフ

理事長 我妻 武

〒063-0812 札幌市西区琴似2条5丁目3-5マンションモモ1F

TEL 011-633-6666 FAX 011-613-9323

E-mail honbu@npolife.net

ホームページ http://npolife.net/

郵便振替口座 02710-4-63485

定価 100円