

**たんほほ**

NO 88

11月6日10月1日

—発行—

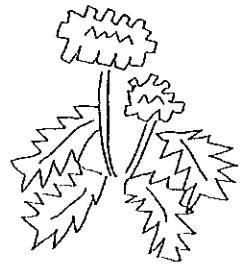
〒869-12

熊本県菊池郡  
大津町森54-2

社会福祉法人  
三気の会

三気の里

☎096-293-8100



エネルギー

理事長 田中 稔

私はテレビの旅行番組が好きで、良く何々紀行といったものを見ます。紀行番組の良さは、どんな土地、どんな街でもそこに人々の暮らしがあるという事ではないでしょうか。

先日、アマゾン河流域の人々の暮らしが放映されました。そこに、明治時代に第一期生として移民入植し、現在レモン、みかん、卵等で生計をたて頑張っておられる家族のおばあさんが出ていました。真っ黒に日焼けした手や顔のしわがそれまでの生活の厳しさをそのまま物語っている様でした。

百五十家族が入植し、現在まで残っているのは十数家族にしかすぎず、皆暮らしやすい街へ出てしまったとの事です。残った人々は、一本での開墾であった様です。苦しい事、つらい事色々あった

のでは？という質問に『全て良いほうに、良いほうに考える様に』

て来ました』とつぶやく様に応えておられました。事故や災害等数え切れない位あって、食べ物も欠くという状況もあったと思われ、それを人のせいにするでも無く、天を恨むでも無く前向きに考え生きて来たと言っておられます。それでは、このおばあさんに仕事を続けさせたものは何であったのでしょうか。あきらめだけでは数十年も仕事を続けられるとは思えません。お金でしょうか。意地でしょうか。信仰でしょうか。

仕事や事業は、それが継続しつづけられる為には何かが必要です。何か無くともエネルギーは必要です。仕事を続けられるか、成功するかどうかという瀬戸際には、やはり宮城まり子さんではありませ

んが全エネルギーをぶっつける『戦さ支度の日々』という事にならざるを得ません。しかし、いつまでもギラギラしたエネルギーを出し、戦さ支度をしていると人を引き付ける事はできません。やがて、よろいはずして穏やかな日々へと移っていくと、このおばあさんの様に『あらゆる事がありがたいと思える日々』へと変わって行く事になるのでしょうか。



- ▽先頃、運動会が三気の里で賑やかに行われた。前日までグラウンド整備に追われたが、広いグラウンドを見て『大きいなあ』と感じた。日頃から整備をと思うのだが、毎年元氣な草達に負けしてしまう。今年はサッカーやボール投げ、スポーツの広場として活用しようと思心している。
- ▽10月14日、三気の里全員で久住山に登ります。秋も深まり、すすきの穂も狐のしっぽのようになり、ふさふさと揺れていることでしょう。我里の近くにも、あせびの森・矢護山、ススキの俵山と秋の趣向が一杯、一緒に尋ねてみませんか。



## 1 班 バッキン諸島バリ島

### もう飽き - 秋

私たち1班バッキンチームは、世の中の不況をまともに受け、今まで頑張ってきた下請けの作業がずいぶん減ってしまいました。しかし、そんな事に負けてはおれません。さっそく、以前行っていた清掃作業が復活し、毎日みんなで汗水たらして頑張っています。このところ、ちょっと運動不足なのか、廊下を拭くみんなの体は重そうで、足もふらつき気味?のようです。(もっとも、職員の方がバテ気味で、みんなを「がんばれ～」と励ましながら、結局は自分に気合いをいれているのですが…。) そんな大変な廊下掃除を毎日やっていた為か、次第に足・腰が鍛えぬかれ、運動会でメンバー全員が活躍してくれました。どうでしたか?バッキンチームの走りっぷりは…。

しばらくの間は、三気の里に「よーい、どん。」・「がんばれ～」の声が響きわたることでしょう。みなさんご一緒にいかがでしょうか?冬が来る前に体力をつけましょう。 中村

## 1 班 ネットタウン

### 爽ったぞ!!

最近よく聞かれる言葉ですが「腹減った!」。やっとな秋(芸術・スポーツそして食欲の秋)が顔を見せ始めたようです。

新作業棟でのネット作業も心地よい秋風をうけ、目の前にせまった長崎旅行(みなさんが読まれるころには、旅行から帰って来ていますが)を口癖に周囲の騒々しさも気にもとめず頑張っています。

ニューフェイスの正樹くん、今では古株も顔負けの作業量をあげています。顔負けと言えさゆりちゃん。袋詰めはおてのもので、職員の手直しがいらぬまでにきれいにしかも速く仕上げてしまいます。速さでは龍っちゃん、さとちゃんのネット折りの速いこと!あまりにも速いので休憩をしてもらいながらの作業です。ネットの美しさを求めているまこちゃん、まーちゃん、幸恵さんの手にしたネットは一級品です。山布子さん、博くん、勝っちゃん、民さんは重要なポジションで1人がいなくてはネット作業は流れません。

みんなの…一つ一つの作業が積み重なって、おいしい果物を傷をつけずにみなさんのもとへ届けることができます。そろそろ私の育った荒尾から新高(ジャンボ梨)が届く頃です。私の手にする新高もみんなが折ったネットかもしれないと思うと一層うれしいものです。 石丸

## 2 班 秋に挑戦せよ!

ようやく暑い夏も終わり最近朝晩寒いくらいで、もうすっかり季節は秋という感じになりました。秋といえば食欲の秋・読書の秋といろいろありますが、2班の皆にはやはり食欲の秋が一番ビクトリくるようです。この秋空の下で、去る9月16日私達2班は矢谷溪谷にバーベキューに行きました。少し曇り気味の天気でしたが暑くもなくバーベキューをするにはもってこいの天気でした。10時前に園を出発して丁度お昼頃からバーベキューを始めました。最初から最後まで皆の食欲に圧倒されっぱなしだった昭子さん、焦げたのまで食べようとしていた友ちゃんと稔君。嫌いだっただの野菜をバクバク食べていた剛君、よそってもらってから食べていた控えめな雄ちゃん・武ちゃん・憲ちゃんに真一郎君。マイペースに食べていた一君・修ちゃん・誠ちゃん・新ちゃんに希久ちゃん。ダイエットの為少し我慢していたてっちゃん和久美加ちゃん。そして皆が食べきれなかった分を全部たいらげてしまった順ちゃん。と皆さまざまでした。この後の一本松公園でのおやつもアッという間に食べてしまい皆の食欲には驚かされました。今年の秋は食欲の秋とは別な〇〇の秋に挑戦してみようね!

石井

### 3班 - 農耕 秋を探して三千里

秋の気配が感じられ、感傷的な気分に入っている今日このごろですが、皆様はいかがでしょう？

去る、9月8日(木)に一早く秋を味わいに河内町の優峰園へ、梨狩りに出掛けました。絶好の行楽日和の中、マイクロバスに揺られながら、いざ優峰園へ…。現地に着いてからすぐに梨狩りを楽しみました。梨狩りの意味が今一つわからず、座っている園生があちらこちらで、見かけられました。うれしいことに園内では食べ放題ということもあり、梨がみるみる内にコンテナいっぱい…。しかし、その梨も数分後には、みんなのお腹の中にもみごとに入ってしまった。園生の食べっぷりはすごいものがありました。職員はそれ以上にすごいものがあり、園生に負けじと必死に食べていました。秋空の下で食べた梨は格別においしく、申し分ありませんでした。満足・満足…。

また、作業面では、キャベツやさつま芋が順調に育ってくれています。皆様の食卓に早く出たいと野菜達が言っています。乞御期待！

満原

### 3班園芸班 蒼穹の秋・・・始動前

9月に入り『猛暑』と言われた夏の暑さも和らいできた9月7日、園芸班では恒例となりつつあるブルー・ベリー狩りに蘇陽町へ出かけました。いつもより少し早めに準備をして、抜けるような青空の下を風を感じながら現地に着くと、流石にそこは高原。涼しい風がスキの穂を靡かせ彼岸花も大津町より2週間ほど早く咲いていました。それに今年の『猛暑』にも取り柄はあったようで「暑かった分今年のはとても甘い。」との事でしたので楽しみに積み始めると『なるほど!』と頷ける甘さ。腰に下げたビニール袋に収穫しながらつまみ食いするメンバーがいれば、歯を紫色に染めて袋は軽いままのメンバーもいるといった調子で楽しくブルー・ベリー狩りを終え、帰りに白川水源でおやつを食べる頃には皆すっかりリフレッシュした様子でした。(甘かった分昨年より収穫量は減ってしまいましたが…)

このように年に1度のひたすら楽しいブルー・ベリー狩りも、秋から始まる米舂に備えての花作りや環境整備に向けて夏の疲れを癒し、エネルギーを蓄える為と思えば園芸班にとって決して遊び等ではなく、無くてはならない作業(?)のひとつです。

米舂はどのような花が花壇を彩るのかまだ計画の段階ですが、植え付けを待つばかりの花々の種子や球根もありますし、冬場の差し芽にも挑戦してみる予定です。園芸班の皆も少しづつ様になってきました。冬の寒さを乗り切る力と自信を蓄えて…園芸班始動前です！

東

PS. 13kgのブルー・ベリーから、やっと6kg位(45瓶)のジャムと2ℓほどのジュースが出来上がりました。ジャムは砂糖を控えめにして本米の甘さを大切に、ヨーグルトやレア・チーズケーキに合うように仕上げってみました。お入り用の方は園芸班職員までお申し付け下さい。



# 療育シリーズ

## 運動会

園長 土井 尚典

運動会の季節である。自閉症児者にとっては、苦痛の季節でもあるようだ。特に保護者は頭が痛い。運動会なんか地球上からなくなればよいと思っていられる方も多いだろう。

自閉症の子供達は高いところを平気で歩いたり、トランポリンで高く、疲れることなくジャンプを続けたりなどバランスのよさが目立つ。また、お気に入りのものを右手に持ち、右手の腋の下にも挟み、左手の腕で左耳を押さえ、左手の平で右耳を押さえ、右手の指にもお気に入りのものを持ち、片足でいつまでもたっている等のアクロバットのようなバランスを保つを見受ける。ところが、運動会でまっすぐ走れることも、障害物競走も大の苦手である。

障害物を越えて行くときに、どれくらい足を上げたら越えられるか目で見て、足を動かしていくシステムを筋肉運動知覚と言うが、これが未発達だと障害物を越えて行く競技やハンゴくぐり等は苦手

になってくる。これはバランス感覚でなく、身体像の発達と関係がある。筋肉運動知覚の未発達は、直線や曲線上を走る、障害物を越えて行く等は悪くなるようである。簡単に言うともっすぐ走れないし、障害物もできないと言うことである。それを無理やりやらせるのはパニックの元である。

ところが、筋肉運動知覚と言うのは、目で見て、頭の中で判断して、身体を動かすシステムであるから、ゆっくり、ゆっくり教え、ゆっくり、ゆっくり体験すれば理解できることもある。「早く、早く」と言うより、「まっすぐ、がんばって、もう少し」など最後まで走ることを激励すればできることである。障害物競走においても「足上げて、もう一つ、気をつけて、よく見て」等も、しかりである。

あんなに敏捷な子がなぜできないかと思うのは当然だし、だれでも苦もなくできることができないのだから叱られるのも仕方がないしかし、自閉性障害というのは頭の中で一度考えて行動する事は苦手な障害なのである。筋肉運動知覚刺激(直線を走る、障害物競走

等)は与えられた課題(刺激:直線を走る、障害物競走等)にたいして、心が受け入れ、意識してそのとおりしなければならぬというものである。自閉性障害にとつて苦手な刺激である。

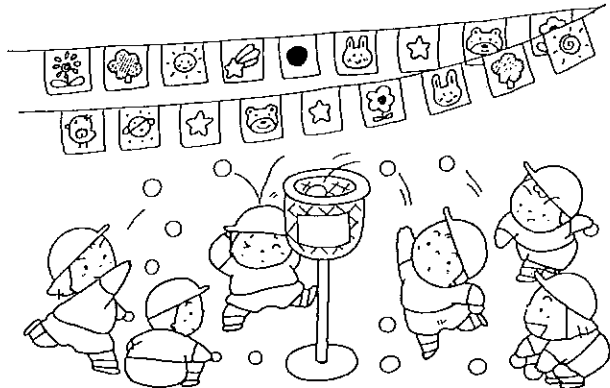
運動会の指導は、あせらず、ゆっくりと、指導すれば必ずできると信じていただきたい。できることなら、ふだんやっていることの延長線上で競技を工夫すると苦もな(練習しないで)できると思います。

## 運動会

石井康就

去る9月23日、三気の家・三気の里の合同運動会が開催されました。初めての試みということで、開催するに当たって今までにない難しさがあり、当日をむかえるまで不安な面が多々ありました。しかし、色々な方の協力があり盛況のうちに終えることができ、私達実行委員もホッとしましたというのが本音でした。

今回は合同運動会ということで今までと違ったものを取り入れてみました。徒競走の中でも幼児・学童・成人の部と分かれていたり、団の対抗リレーも幼児代表に始まり学童・成人・V.O.保護者・職員順でバトンをつないで行くものにしたたり、昼休みには三気の家・三気の里のそれぞれの出し物をしたりと大変盛り上がったものとなりました。今回は残念ながら三気の家・三気の里の園生が直接協力して行う競技をプログラムに入れることができませんでしたが、次回このような場が持てることがありましたら取り入れて行きたいと思えます。



### 障害者若者立日米祭

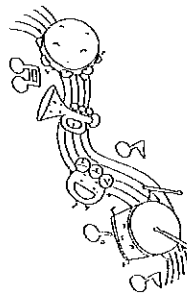
#### 有働和美

素晴らしい秋晴れの9月15日、県立劇場では、『あなたの手を私に、私の手をあなたに』を合言葉に「熊本障害者音楽祭」が開かれた。昨年開かれた『こころコンサート』にも出演した愛育学園、清香園、精粹園、くまむた荘、天草リハビリテーション、愛隣館、などの施設から数多くの方が参加され、またカントリーミュージックバンド（クロスロード）も出演するという豪華な顔触れだった。

ある園について司会者の方が話された中には、「指揮棒を挙げれば静かにする。」という遊び（お約束）から始められ、5年後の今では、笑っていた人でも指揮棒が挙げればパッと真剣な眼差しに変わるまでになったと言うことだ。またその反面では、「毎年毎年卒園して行く人達の穴埋めがうまくできずに困っている。」という悩みもあるということだ。

演奏が始まると、背筋にゾッと鳥肌が立ち、「上手い！」ただその一言に尽きた。ほかの園も、皆が一同となり、指揮棒一点のみ

を食い入るように見ており、素晴らしいチームワークだった。最後の演奏（クロスロード）では、観客がのりのりで、三気の里の園生も体全体を揺らしながら踊っていた。それを見ながら「いずれば三気の里も出たい。」と、意欲に燃えた音楽祭だった。



#### 新入所者紹介

有働さん

今度、紅葉のきれいな蘇陽町から来ました有働です。歳は52歳で、みなさんよりも少し年上ですが仲間良くして下さい。

久美加さん

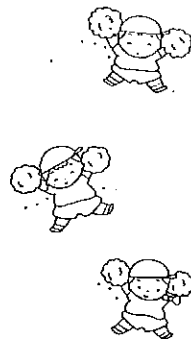
洋裁学校に行っていた久美加さん。おしゃれな17才の女の子です。どうぞよろしくお願いします。



#### ボランティア募集

11月6日（日）にボランティア学習会を行います。久住登山を予定していますので、みなさんの参加をお待ちしています。10月21日（金）までに満原・今村まで連絡を下さい。

※11月20日（日）、輝き大会のボランティアを募集しています。



#### 食堂当番作業中

澄みきった青空が広がり、とても心地よい天気となった日、運動会が行われました。

この日は、厨房みんなが早起きをして、約八〇人分のお弁当作りを頑張りました。全員で力を合わせて頑張ったかいかあつてか、皆さん口々に『おいしかったあ。』と、言っておりました。その言葉を聞いて、ホッとすると同時に、嬉しくも思いました。

また来年も、喜んでいただけるお弁当が作れるとよいと思います。

#### 栄養の話

食物繊維（以下DF）とは、一体どういうものかご存じですか？  
まずDF含有率の多い食品は根菜類、芋類、海藻など伝統的な日本食の素材に多く一日の必要量は十五〜三十gといわれています。  
主な働きとしては排便促進作用や食品添加物など有害成分を吸着し太陽ガンの予防をします。不足すると便秘がちになったり、動脈硬化やコレステロール値の高い体になることもあるんですよ。体には必要な栄養素なので、高津



Biwa ren!

10月の行事予定

日	月	火	水	木	金	土	備考	
憲くん・雄ちゃん・哲ちゃん誕生日おめでとう! 8日(土) 一斉帰宅日 14日(金) 久住登山 22日(土) 帰宅バス運行							1	
2	3	4	5	6	7	8		
憲くんの誕生日(22)				雄ちゃんの誕生日(20) 3班レク		保原松・藤田会 一斉帰宅日・シャツ交換		
9	10	11	12	13	14	15		
哲ちゃんの誕生日(24)					久住登山			
16	17	18	19	20	21	22		
				2班レク		帰宅バス運行 シャツ交換		
23	24	25	26	27	28	29		
30	31			1班レク	たんぼぼ編集			



ボランティア通信

すがすがしい風が吹き、先月の猛暑がウソの様に過ぎやすい季節となりましたが、皆様はいかがお過ごしでしょうか?

去る、9月23日(金)三気の里三気の家による合同の大運動会が行われました。合同での運動会は初めてとあり、企画・準備等んやわんやの状態でした。当日は、大勢のボランティアの方々にお越しいただきありがとうございました。また、無事に大運動会を終えられたのも皆様のお陰だと、感謝しております。ボランティア・職員の方々お疲れ様でした。 満原

(ボランティアありがとうございます)

☆ブラッシング指導 森 隆子

☆運動会

- 磯部武志 丸野瑛子 岡村百合子
- 山口裕之 西田純也 古市美智子
- 西山洋一 阿部沙織 渡辺由美子
- 尾藤勝信 中村香恵 岡部まどか
- 石丸弘二 西嶋伸子 三池美智子
- 森 隆子 斎藤智美 西浦ノリ子
- 秦 良江 小野リカ 橋本いつ子
- 坂井友美

- ☆散髪 坂本シマコ
- ☆いけ花 西村栄子
- ☆清掃 遠山一恵 敬省略

後援 後援会入会云々

ありがとうございます

- 城門千代 黒澤敏弘 伊藤元信
- 合志文夫 宮崎恭一 本田シゲミ
- 東田昌子 篠崎久五
- 小屋野ミチ子 熊日大津南販売店
- J A 菊池大津中央支所

平成六年九月三十日付け

※敬称略

先日は、運動会が催されました。応援ボランティアでたくさんの方々がおいで下さいました。その機会に後援会の会費を預けて帰られた方がいらっしゃいました。たんぼぼを楽しみにして下さっています。三気の里に来て下さる方は、学生さんだけでなく、働いていらっしゃる方や主婦の方もいらっしゃいます。皆さん忙しい中を一緒に楽しんで下さいました。

陰から支えて下さる方々に本当に感謝とお礼を申し上げます。

編集後記

運動会の写真ができ、皆で見ながらの楽しい編集でした。 吉田