

# 1STファーストチカツ

時を超えて思い継がれる永遠のチカツストーリー。

地活は相談支援事業所ではありません 地活とは地域活動支援センターの略である サブタイトルは毎月変わります！

## 立山黒部おでんルート

「黒部の水」を使うと話をしていた所に利用者様から、おでんを作る様にリクエストがありました。しかし、おでんを作るだけでなく「ヒガシマルのうどんスープ」を使う様に指示がありました。小学校の時に学んだ「注文の多い料理店」を紹介したいですね。朝早く来た利用者様にゆでたまごの殻むきを手伝って頂きながら、時間を掛けて入念に作りしました。「ヒガシマルのうどんスープ」はおでんでも使えますね、以前炊き込みごはんでも活用できました、とても便利です！今回の最大の問題点は、大量におでんを作り自分の夜勤用夕食の分まで作っていたのですが、電話相談対応して戻ったら、利用者様達に全部食べられてしまった事です。しかもスープまで・・・。「黒部の水」のスープを飲みたかった。もう一度水を買いに、今度は「黒部峡谷・宇奈月温泉」に行った方が良いのかな。



## 地域生活ネクストスター事業

### 第3回 その実習が、新たなMHSWの道になる。

皆様知っていますか？精神保健福祉士の略称が「MHSW」なるらしいことを。以前から知っていましたが、正直略称なんて何でも良いと思いつつ、せっかくの機会なので、サブタイトルに活用。地域生活支援センターふれあい沼津に、今度は東京福祉大学の精神保健福祉士の実習生がやって来ました。今回の実習は、11月末の時点で施設見学は24箇所と、今までの実習生の中では一番少ないです。しかし「障害支援区分認定調査」「沼津市自立支援協議会・重心・就労・GH評価・GH連絡会・相談部会」などに参加して頂きました。今回も好評を頂いている「1日他法人留学」も実施しています。訪問先の職員の方や利用者様が優しくしてくれるので、実習指導者が何もなくても、ありがたい言葉や話が聞けています。今回の巡回指導はオンライン巡回もあった為、実習巡回も大変だな～と思えました。実習生は12月上旬までいるので、何卒宜しくお願い致します。



## どん兵衛 in 炊き込みご飯

恒例の「日清アレンジレシピ」を見ながら、「**どん兵衛**」で炊き込みご飯を作りました。レシピ通りに作ったのですが、「水」加減が難しく、なかなかの難易度です。リベンジに今度は「**最強どん兵衛**」で炊き込みご飯だ！



## 今月のスタッフオススメ本

### 「恋とか愛とかやさしさなら」

著者 一穂 ミチ

「プロポーズされた翌日、恋人が盗撮で捕まった。」  
「信じるとは、許すとは、愛するとは。」がキャッチコピー。「ドヴォルザークに染まるころ」とどっちを読むか悩み、こちらを選びました(笑) 両方読みますけど(笑)

### 「見える化」

著者 遠藤 功

強い企業をつくる見える仕組み。「見える化」には5つのカテゴリーがある。「問題」「顧客」「知恵」「状況」「経営」あなたはどこに力をいれますか？

## 「何歳の頃に、戻り編集後記を書きたいのか？」

(音楽を聴きながら読むと、ちょっと良い文章に見えてくる編集後記)

① 12月になり寒くなってきました。自分は年中「心」も「財布」も寒いですが・・・。冬と言えば「アイス」の季節。風呂上りにアイスを食べ、身体を冷やしてもう1回風呂に入るのが好きです。この時期は、毎回食べるアイスを変えていて「雪見だいふくPREMIUM マスカットオブアレキサンドリア」「黒いチョコミント」「カントリーマアムアイスサンド」「ぎゅっしり満足！チョコミント」「でっかいバニラモナカ」「チョコモナカジャンボ」「アイスまるごと生チョコ包み」「板チョコ」「ミニストップ特盛ソフトバニラ」「ミニストップ特盛ソフト香るカカオチョコ」などを食べました。アイスを食べると「幸せ！」と感じてしまう小市民な自分は、世間から見たら幸せ不足なちょろい奴なんだろうと思いつつ、人生の消費期限も近いので、幸せが欲しいです。

BGM SEVENTEEN 「消費期限」

② 某N市役所の職員様とラーメン屋の話をした所、あるラーメン屋を紹介されました。紹介して頂いた店に行き、ラーメンを注文。オシャレなラーメンが出てきました。久々にラーメンを楽しんだ気がします。ラーメンを食べて「幸せ！」と感じてしまう小市民な自分は、世間から見たら幸せ不足のちょろい奴なんだろうと思いつつ、利用者様から「おじいちゃん」「長者」と呼ばれる年になりましたが、もう少し若い時には、ラーメン100店舗食べ歩きをしたのが懐かしい。ラーメン屋は入れ替わりが激しい業界なので、半数近くは無くなりました。ラーメンを楽しんだので、暫くはラーメン屋で楽しんでみようと思います。余談ですが、副業の相談支援専門員業務として行っている相談援助技術より、女性との会話で、ラーメン屋について話を広げる技術の方が、高難易度を求められる気がします。

BGM timeless 「because」

③ 先日とある面談がありました。面談で「社会不適合者」扱いを受けて、相手からは、一緒にやりたくない気持ちが伝わって来ました。自分は社会不適合者扱い・他者から嫌われる・他者から見下されるのは慣れてるので、仕方が無いと思います。面接した相手の立場を考えるなら、嫌いな人と面談するのも大変ですよ～。相手にも悪いので、嫌われ者は去るのみ。拠点を考える方法を考えており、また人生の遠回りすることになりそう。物事が思い通りにいかなさ過ぎて、逆に楽しくなってきた今日この頃。(笑) ←強がってます。

BGM ZARD 「Don't you see!」

## 施設、見学しに行っても良いですか？ 第51話

東京都新宿区にある「公益社団法人日本駆け込み寺」を見学させて頂きました。こちらの施設は、「**たった一人のあなたを救う**」をコンセプトに誰にでも開かれている相談場所です。訪問時は「こども食堂」を開催していました。相談内容も多岐に渡り、お便りに載せられないような内容が日々起きています。自分も困ったら、利用者様にこちらの相談場所を紹介します。ホストクラブの話は、本当に勉強になりました。ホストの恋愛テクニックって凄い！



## 今月の漫画コーナーオススメ本

### 「それでも、親を愛する子供たち」

原作 押川剛 構成鈴木マサカズ 作画うえのともや

児童虐待の間。「子供のいう「こわい」とは、虐待されるからではなく、もう二度と、母親に会えないかもしれないことを恐れている。」こんな考え方もあるんだな～と。

医療法人社団 静岡康心会  
「地域生活支援センターふれあい沼津」  
地域活動支援センター  
指定・一般相談支援事業所

〒410-0863  
沼津市本字下一丁田897  
TEL : (055) 954-2735  
FAX : (055) 954-2736  
E-mail : ayumi-tiiki@fureai-g.or.jp

