むぎの郷つうしん

April 2015

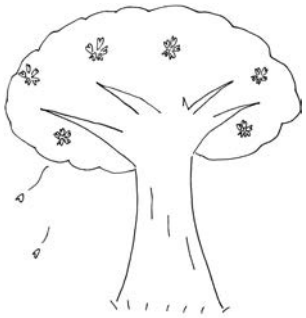
発　行／麦の郷情報管理委員会
〒640-8301 和歌山市岩橋643
TEL(073)474-2466　FAX(073)473-0430
http://www7.ocn.ne.jp/~ichibaku/

“麦の郷とは” 住民のニーズから生み出され、住民の手によって育てられる

ソーシャルファームピネル／くろしお作業所／くろしお作業所分場／麦の郷訪問看護ステーション／麦の郷居住福祉事業所／はぐるま共同作業所／はぐるま共同作業所　和の杜／けいじん舎／麦の郷印刷／はぐるま共同作業所　ラ・テール／障害者就業・生活支援センター「つれもて」／ホームヘルプ麦の郷／麦の郷　和歌山生活支援センター／麦の郷紀の川生活支援センター／ハートフルハウス　創／むぎピース／障害児者サポートセンター「麦の郷」／こじか園／第二こじか園／こじか親子教室／麦の郷高齢者地域生活支援センター／ソーシャルファームもぎたて／事務所／麦の郷障害者地域リハビリテーション研究所

第19回 西和佐地区・桜まつり 4.11（土）

くろしお作業所＆くろしお分場
「お花見（力侍神社）」



第二こじか園学童部ぽけっと
「春のさぎのせ公園にて」

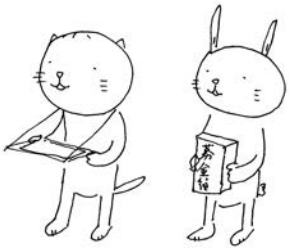
私たちのめざすもの ～麦の郷４つの理念～

1).麦の郷は、日々学び、育み、発信し続ける人材を育成し、地域福祉の発展を目指します。
2).私たちは、ものづくりを通じて障害のある人と地域の共存を実現し、互いに豊かになる実践を目指します。
3).私たちは、社会的不利の状態におかれている人々の課題を解決するために、広範な人々とつながりを深め、ともに社会変革をめざします。
4).麦の郷は、全ての人が平和で安心して暮らせる社会づくりのために人の輪を紡いでいきます。

きょうされん署名・募金運動

きょうされん第38次国会請願・署名募金運動に行ってきました。

今年のスローガンは、〝あたりまえに働きえらべるくらしを・障害者権利条約を地域のすみずみに〟です。主な請願項目は、



■生きる上で最低限必要な支援は、原則無料に。（障害のある人が障害のない人と同じように生活するためには、たくさんのお金がかかります。）

■障害基礎年金は引き下げるのではなく、引き上げを。（生活をするために必要なお金は、今の障害基礎年金では全く足りていません。）

■精神障害のある人が、街の中で住めるようなしくみを。（地域に受け皿がない、所得保障が不十分などの理由で入院日数が長くなる社会的入院を解消するよう、住居と支持体制を整備していくことが必要です。）

■65歳を過ぎても、障害のある人の制度を選べるように。（65歳を過ぎると、介護保険が優先になり、本人が必要とする支援が受けられなくなる場合があります。）

■地域活動支援センターへの補助金の充実を。（地域活動支援センターは法定事業とはいえ、市町村の制度となったために、市町村ごとに大きな格差が生まれています。）

■障害者関連予算を少なくとも先進国の平均レベルまで引き上げを。などです。

昨年12月9日と3月17日に、いくつかの事業所が集まってJR和歌山駅で、和歌山生活支援センター単独では、1月19日と2月16日にシティワカヤマで、それぞれ約1時間街頭に立ちました。事前に声かけをせず、その時にいる仲間と一緒に現地へ出向き、「よろしくお願いします」と声を出すのですが、中には恥ずかしがってなかなか声を出せない人もいました。「お願いします」と言っても嫌そうな顔で立ち去る人、「急いでますので」と断られたりもしましたが、快く署名をし、「ちょっと待ってや」と言って、チャリーンと募金をして下さる方や、気前よくお札を入れて下さる方、「お疲れ様です」「頑張って下さい」とお声がけ下さる方もいて、最初は緊張した面持ちの仲間も、終わる頃にはすがすがしい顔つきに変わっていました。

何事も声を上げなければ変わりません。私達の願いを知ってもらい、実現させるための運動をし、誰もが暮らしやすい社会づくりにつなげていけるよう、皆で力を合わせていきたいと思います。

（岡内）

やれば、できるさ！

DVD上映会＆リレートーク

4月1日（水）午後18時30分から和歌山ビッグ愛りいぶるにて、「やれば、できるさ！」DVD上映会＆リレートークを開催しました。新年度初日の夜間開催で、みなさん多忙な中でしたが35人も集まってくださいました。

この上映会の趣旨は、「精神科病棟転換型居住系施設」導入の動きに反対した取り組みについて、2014年6月26日に日比谷野外音楽堂にわずか1か月ほどの取組で全国から3千人が結集した背景、この問題への「怒り」、長い年月に渡る「思い」、心揺さぶる当事者の決意、「熱気」を映像によって全国に伝え、共感していく、ということが目的で上映されました。加えて、精神科病院に入院経験のある当事者のリレートークにより、「地域生活と、退院への思い」について語ってもらい、当時者の思いを知ることが大切と思いました。

参加者の感想では、DVD上映で、「長期入院中の方がいかに退院の気持ちを失っているか知った。」「それを取り戻す働きが必要だと分かった。」リレートークでは「退院時に実印を購入してもらって感激した。」「退院したら自分の好きな時間にコーヒーが飲めるのが幸せ。」「当たり前の『地域生活』が語られ、切実な思いに心打たれた。」等ありました。

当日はたくさんの当事者が参加、支援者関係機関職員、高齢者分野の方、和歌山県共同作業

所連絡会、和歌山県社会福祉士会、和歌山県弁護士会、障害者自立支援法訴訟基本合意の完全実現をめざす和歌山の会からも参加いただきました。

社会福祉士会からは、「この問題について、会に持ち帰り情報を共有、会としてどのように貢献していけるか検討していく」と。弁護士会からも、「法律の面から、この問題を検討、会を通じて活動していく」と発言がありました。

病棟転換型居住系施設の問題については、いろんな考えや情報があると思いますが、今後は多くの方々にこのＤＶＤを見ていただき、当事者や支援者がこの問題をどう捉えているのか、何を感じているのか、知っていただきたいと思います。その上で、精神科病院に長期入院されている方の問題をどうしていくのか、たくさんの方々と議論して問題を深め、解決の方向へ導いていけたらと思っています。（川村）

3・11 麦の郷 防災を考える日

東北地方や太平洋沖を襲った東日本大震災から4年が経過した平成27年3月11日、麦の郷の防災を考える日の取り組みとして法人全体で防災訓練を実施しました。

今年の訓練は、各事業所で行う避難訓練に加えて災害対策本部への情報伝達までを目的として、各事業所で想定した被害状況を本部に連絡して、災害対策本部で把握するまでを訓練内容としました。

午前10時5分　無線機から「震度6強の地震が和歌山県沖で発生しました」という地震速報のアナウンスが流れます。これがもし実際の事であれば、速報のあと数秒後に地震が襲ってくることになります。訓練ながら動揺する気持ちが否めませんでした。

放送が流れると直ぐに避難場所へ移り、災害時での責任者は全員の安否確認をした上で被害状況を災害対策本部に情報伝達を行います。

災害対策本部では、無線機から次々に被害状況が報告され、その応対には臨場感が溢れます。事業所数の多さもあり平常心を保つ事だけでも精一杯でした。初歩的な訓練でしたが、被災後の現場が想像以上に混乱することを身に沁みて実感できた訓練となりました。過去にあった災害時の取り組みを教訓とすると共に、法人で実施した訓練についても丁寧に検証して、将来もし被災した時には「想定内」だったと言える行動が1つでも多く持てる様に第二第三の訓練の必要性を実感しました。

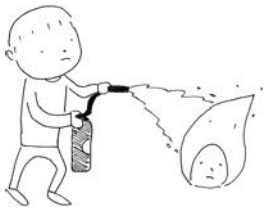
訓練に際しては和歌山東消防署の方に立会って頂き、「最初の連絡は簡潔に安否の確認のみにする事。まず自身の命を守る行動を優先し何を守るべきかを考え行動する事」という的確なアドバイスを頂きました。

何が起こっても冷静に判断して行動する力は、一朝一夕には身に付きません。日々の訓練の積み重ねと共に常に意識して行動することが、自分自身や仲間を守ることに繋がると再度認識しました。

訓練の後には口ケットストーブを使って炊き出しの実習を行いました。口ケットストーブは薪や枯れ木で暖をとれる防災備品です。火力も強いのでお鍋をかけると短い時間でお湯になる簡易ストーブです。しかし当日は風も強く屋外での体感温度は2月を思わせるほど冷たく、炊き出しが完成するまで思った以上に時間がかかりました。これも実演してわかった事の1つです。待っている間が寒かっただけに、試食した時には1杯の温かい食べ物の有難みが実感できました。ライフラインがストップした時の備えや環境づくりも私たちの大切な役割であることも今回の訓練で実感したことの1つでした。

今回の訓練を実施するに当たり、訓練時の災害を想定するだけでも、季節や地震の規模、そして時間帯によって様々な対応が必要である事に深い畏怖を感じました。しかしどの様な対策を講じたとしても、自然の猛威に完璧に備えることはできないと思います。

必要なことは、災害にあった時の「命を守るための冷静な判断と被災後の助け合い」にあると実感しました。私たちは災害を将来に起こるかもしれない不確定な出来事としてではなく、目前に迫っている現実と捉え、一人ひとりが課題を持ち、それを組織によって具体化し実行していくことが大事であると今回の「麦の郷の防災を考える日の訓練」で実感しました。（坂口）



～麦の郷全職員研修会～

『育ちあう実践』

麦の郷教育研修委員会

2月28日(土)13時半より河南コミュニティセンターにて「麦の郷の現場から…仲間と共に育ちあう実践検討会」をテーマに61名参加頂き開催されました。

今回は、昨年度の講演で山本耕平氏（立命館大学教授・一麦会副理事長）により宿題として提起されていた、麦の郷の各現場で追及できる『①挑戦の励ましとは』『②達成の喜びの保障とは』『③挫折のときに苦しみを共にするとは』『④責任転嫁をしないような原因分析とは』の4点を題材に、各現場での集団論議を基にした実践検討会として企画しました。この宿題に向け、今回初となる『管理者研修会』を設け、各事業所で、議論し報告頂く形でお願いしました。

その資料を受け、『挑戦の励ましとは』『挫折のときに苦しみを共にするとは』の二つのテーマに絞り、山本氏の進行でグループセッションにて論議、報告発表する形で行われました。同一事業所職員をバラバラに配置、普段交わりのない施設の職員とのグループにさせて頂いたので、最初は緊張感があり、ぎこちない雰囲気の中、漠然としたテーマに『何を話し合うのか分からない』といった声が聞こえていましたが、山本氏の助言や雰囲気の緩和の中、各グループで様々な発表であったり、活発な論議がなされていました。

グループセッションのみならず、山本氏の講演に、『皆さんの話を聞けて共感した。安心した。ホッとした。』『風通しの良い職場で、同じ方向性を持つ事が大事。』『理事長のエピソードに感銘を受けた。』『参加して元気が出た。よかった。』などの声が聞けた。私も感銘を受けた、大震災での若かりし理事長が、ノートの切れ端に『地が揺れた。仲間を守りたい！仕事を守りたい！麦を守りたい！』と残していたエピソードですが、ストレートで純粋な気持ちが私の中にも『ドーン』と伝わってきて、麦の郷のめざす理念が、こういう気持ちの中でぶれずに伝承されているのだなと考えさせられ誇りに思いました。

麦の郷は益々大きな法人になり大集団となってきています。障害のある人やその家族に寄り添う日々の実践の中で、互いに尊重し合い、いい意味で配慮し、集団の中でお互いの信頼を深め育ちあっていける。そんなきっかけになる研修であったと思います。

（中野）

研修会開催

障害者の「性」を学ぶ（第一弾）

講師　黒瀬清隆氏（ハートブレイク）

3月14日（土）13時30分～15時30分　麦の郷本部交流室において、生活支援部主催で、性の課題をテーマにした研修会を取り組みました。昨年好評につき2回目の今回は、事前に「居住」「くろしお作業所」「むぎピース」から、性にかかわる事例を講師の黒瀬先生に提出しておき、具体的な課題をみんなで深め学び合いました。参加事業所は、紀の川生活支援センター・居住・くろしお作業所・はぐるま共同作業所・はぐるま共同作業所「結い」・ラテール・むぎピース・麦の郷訪問看護ステーション・和歌山生活支援センターからの17名です。

障害のあるなしに関係なく「性」の課題は、ゆたかな人生に大きく結びつくものです。ただ、性に関してその捉え方や感じ方には、それぞれに違いがあるため支援者が無意識に考えを押し付けてしまうこともないとは限りません。「異性への関心」「問題と感じられる性的行動」「恋愛や結婚へのあこがれ」「性欲」など、日常の中で生じてくる課題に直面した時に、支援をする側の視点だけで「誘導・指導・結果ありき」の支援になっていないだろうか。そんな大切なことを、あらためて気づく機会になりました。また、解決にむけて具体的に「できること」などを学ぶことができました。

（島）

参加者からのアンケート

◎「ふれあいタイム（ダンス等）をつくって異性と自然にふれあえる機会をつくる」という方法をきいて、そういう方法もあるのか～と思いました。どこの事業所でも「性」の問題はあって、どこを「課題」としてとらえるか、といった視点が大切だとあらためて思いました。誰かを好きになって大切に思うことは障害のあるなしにかかわらず、あたり前のことで、そのあたり前のことをあたり前に支援できるように学び合いを続けたいです。

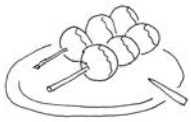
◎いろいろな事例が出てきて、具体的だったので自分の中にスッとはいってきました。これでいいのかとまよっていた、特に「ーメッセージ」への考え方等、否定を含めた思いの伝え方が分かり、よかったです。これから仲間に代替案や「〇〇なら良い」等、意識して伝えていきたいと思います。様々な気づき、ありがとうございました。

◎1回目の研修に参加できなかったのですが、自分の興味、作業所で同年代の若い男女が多いので参加しました。改めて、異性のことについては勉強したりないことが、はっきりとわかりました。また、否定するのではなく「認める」。目からうろこでした。とても勉強になりました。

ミュージカル『ブッダ』観てきました!!

和歌山生活支援センター

平成27年1月30日（金）に、和歌山県共同作業所連絡会主催で開かれた、ミュージカル　ブッダ（わらび座）の公演を観てきました。この日はあいにく小雨の降る天候でしたが、和歌山生活支援センターからは、なかま5名・職員5名の計10人の参加がありました。



開催場所が田辺市紀南文化会館ということもあり、みんなで小旅行のようなお出かけ気分で出発しました。お昼前に田辺市に到着。せっかくの遠出なので、お昼は廃校になった秋津野小学校の木造校舎を再利用した農家レストラン・秋津野ガルテンで、地元産の食材にこだわって作られたスローフードバイキングをいただきました。やさしい味のものばかりで、秋津野の里を感じてきました。お腹がいっぱいになったところで、いざ、ブッダの会場へ。

会場に着くと、各作業所でつくられた大漁旗がお出迎え。それぞれの作業所の色があり、どれをみても、それぞれ工夫の跡が見え、楽しませてもらいました。開演少し前に着いたのですが、会場にはもうたくさんの人が来ていました。入口では、お揃いのわされんブッダTシャツを着た実行委員会の皆さんが迎えてくれ、統一感のあるTシャツ姿に楽しさや意気込みを感じました。

公演が始まると、迫力のある生の舞台・きれいな歌声・躍動感のあるダンス。そのどれもに力強さを感じ、自然と物語に吸い込まれていきました。凄い！2時間があっという間でした。本物の芸術に触れさせてもらえた素敵な時間でした。公演終了後、役者さんと一緒に記念撮影もしてもらいました。

帰り道高速のインターチェンジで、他の作業所から参加のなかまにも会えたり、ブッダの感想を言い合ったり、それも楽しい時間でした。こんな素敵な機会を作ってくださったわされんブッダ実行委員会の皆様、開催前から当日まで準備等々忙しい毎日だったと思います。本当にお疲れ様でした。おかげで素敵な時間をみんなで共有できました。

またの機会を楽しみにしています。ありがとうございました。

（三宅）

初の作品展　大成功！

はぐるま共同作業所「結い」

はぐるま共同作業所「結い」の仲間たちが、2年間かけて創作した絵画や紙粘土作品などの作品展「結いGirls&Boys～ドリームフラワーとらミュージアム」が、2月24日（火）～26日（木）まで開催されました。会場のみその商店街アートサポートセンターRAKUには、期間中に109名の来場者がありました。今回は、初めての取り組みでしたが、仲間たちは作品展の名前やチラシをみんなで考えたり展示の搬入・搬出も自分たちですすめました。開催中には、会場で来場者への案内や作品説明をしたり、普段の活動とはちがう3日間でしたが、それぞれに頑張ることができました。

来場者の皆さんからは、「感性豊かで色彩が素敵だった」「作品を見ていて、すごく楽しい気持ちになった」「皆さんのトークが楽しかった」などの声がたくさん寄せられました。

最後に「結い」の仲間たちの感想を紹介します。（島）

◎今回こういうイベントができてよかったです。楽しかったです。またやりたいです。（吉良　太智）

◎みんなの作品すばらしかったです。（地上　仁望）

◎みんなの作品が個性的でとてもよかったです。（南　菜津美）

◎みんなの作品をみてたのしかったです。（西端　勇貴）

◎最初はハラハラしたけどみんながいてくれたので安心できた。（藤安　伸行）

◎いっぱいおきゃくさんきてくれて、うれしかったです。（山口　達也）

◎たのしかったです。よかったです。（岡　大樹）

◎「とら」をしました。（仲谷　秦）

西和佐地区・桜まつり

4月11日（土）西和佐小学校にて、「西和佐地区社会福祉協議会と麦の郷との桜まつり」が盛大に開催されました。この交流会は今年で19回目を迎えました。

今年は前日の雨天のために、小学校をお借りしての開催でしたが、約370名の方々が参加してくれました。

当日は、麦の郷みんなでおどり隊の仲間たちによる「よさこい踊り」や、紀の国国体マスコットのきいちゃんと踊りを楽しんだり、カラオケでは地区婦人会の皆さんと歌や踊りで大いに盛り上がりました。最後は、恒例のビンゴゲームをして、おひらきとなりました。

このような交流会は、お互いが顔や名前を知り、親しくなっていくために、継続していくことが大切だと思っています。また、普段の近所付き合いといったものも含めて、交流を重ねることで、地域と共に街づくりをしてきたいと思っています。

当日、来賓で来て頂いた皆さん、要員で頑張ってくれた皆さん、参加してくれた地域や麦の郷の皆さん、本当にありがとうございました。（山本哲）

華の大東京一泊旅行

ハートフルハウス創

今回の旅行を「東京」に決めたのは、首都である「東京」に一度行ってみようという極々単純な発想でした。

「旅行を楽しむ」「みんなと旅行をする」それは、学校や職場などに所属し生活する中では当たり前の出来事です。しかし、一度ひきこもりという状態を経験すると「旅行」は、心理的にも経済的にも、とてもハードルが高いイベントとなります。

今回、東京旅行にいったメンバーたちも、ひきこもっていた以前の自分の姿からすると想像のできない事柄だったのではないでしょうか。

孤独な生活から創で仲間ができ、創カフェで収入を得て、その働いた給料の一部を積み立てし今回初めて一泊旅行に参加したメンバーが寄せてくれた感想です。

……

『はじめてづくしの東京旅行』

私にとって東京も飛行機も初めてであり、期待と不安の入り交じった旅路になります。

生憎の雨の中、飛行機が上昇していく時にいだいた感想は、「すげぇ、鉄の塊が浮いている！」貴重な飛行体験の末に東京に到着。

浅草で昼食を取ったのち、メンバーたちは行きたいところによって分かれます。私は方向音痴なのでスタッフさんに金魚の糞。

テレビでしか見たことがない場所、ネットで慣れ親しんでいた場所に実際に訪れることが出来て楽しかったです。

二日目はこれまた未体験のディズニーシーへ。人が立ち並ぶ中ファストパスで優越感に浸りながら、アトラクションの有名どころからマイナーなものに乗って、たっぷりと夢の時間を味わいました。個人的にはタワー・オブ・テラーがお気に入りです。

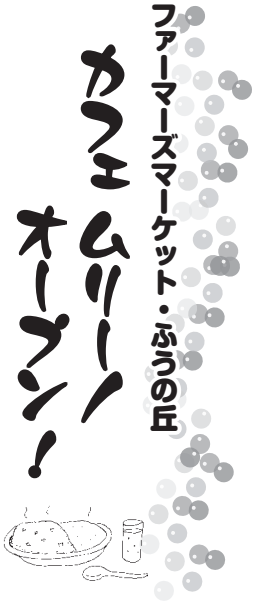
やはり東京は面白いところですね。だけどそれは一泊二日だったからそう思えるのであって、一週間二週間と居たら疲れそうですが。けれどまたいつか、行ってみたいです。

（草下　敦司）

……

実際の土地に出かけ体感する体験こそが、今を生きる実感ではないでしょうか、その実感の積み重ねをすることが生きる楽しみであり発達だと私は思います。

（野中）



和歌山の自然が育んだおいしい野菜や果物を、季節を感じさせる多国籍なランチで味わえるカフェ、Mulino（ムリーノ）が4月23日にオープンしました。ソーシャルファームもぎたてが、紀ノ川農協ファーマーズマーケット・ふうの丘内で行う新事業です。

毎朝、生産農家がふうの丘に運び込む採れたての農産物。食べてみると豊かな自然の滋味がぎゅっと詰まっているのがわかります。

週替わりのMulinoランチ（980円）は「野菜で旅する」をテーマにその季節に訪れてみたい国や地域の料理がワンプレートに。10種類のスパイスとココナッツが香る「チキンジャワカレー」や、手作りピザなど、いずれのメニューも新鮮野菜や果物がたっぷり。

世界のフェアトレード豆の中から日替わりでセレクトするコーヒーなど、ドリンクやスイーツも原材料のルーツができるだけ見えるものを選んでいます。

Mulinoに至る道中の景色も素晴らしく、アップダウンが続く田舎の一本道の両側には季節の実りがつらなります。自然の美しさを感じながらドライブして来るのには最高のロケーション。景色も立派なひと皿かもしれません。

ソーシャルファームもぎたてが展開する農業、農産加工などの事業とMulinoがつながることで、さらなる雇用や魅力的なものづくりが広がっていくことになるでしょう。

（立畑）

natural mugi オープン
（なちゅらる　むぎ）

昨年 12 月１日にオープンした、けいじん舎 natural mugi（なちゅらるむぎ）は、和歌山県庁本館１Ｆ県警本部前「元就労支援室」にあります。けいじん舎こだわりの「熊野牛カレー」はじめ、お弁当やスイーツなどをカフェ内でお召し上がり頂けます。（テイクアウトも可能）『カレーにはこだわり有り！』生姜やサフラン・カルダモン・赤ワインなど身体を温めてくれる女性にも優しいスパイス等がふんだんに込められている美味なるカレーです♪庁舎内ということもあり、お昼休憩になる 12 時～１時間がお客様のピーク！朝一番から従業員がキレイに清掃したピカピカのカフェ内でランチタイムのひと時を、けいじん舎自慢のカレーなど楽しんで頂いています♪手作りコロッケとミンチカツが入った「お弁当」や、最近スタートしたサラダとセットの「フォカッチャカレー」・「牛肉のトマトソース煮込み」も人気です！一般の方もお入り頂けますので、お車の場合は、来庁者駐車場をご利用になり、ぜひお越しください！　（赤松）

★ランチタイム … 11 時～14 時
★カフェタイム …　９時～17 時

助成ありがとうございました

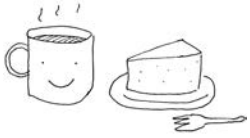
はぐるま共同作業所＆ソーシャルファーム ピネル

日本財団様よりホンダのアクティを頂きました。
配達に使わせていただきます。快適に、そして安全に。ありがとうございました。

ひきこもり者社会参加支援センター ハートフルハウス創 事務所移転のお知らせ

これまで紀の川生活支援センターと併設していましたが、一昨年より粉河の古民家山崎邸でカフェを開店させたことを機に、活動の拠点を粉河に移し、今後の活動を拡げていくため、事務所を移転することになりました。またメンバーの居場所も山崎邸の 2 階に設けています。ご連絡先は下記によろしくお願いいたします。

麦の郷　ハートフルハウス創　創 -HAJIME-cafe
■OPEN　木・金・土（11:00～15:00）
■〒649-6531　紀の川市粉河853-3
■電話/FAX：0736-60-8233　携帯：080-6194-7974



紀の川支援センター 名称変更のお知らせ

『麦の郷 紀の川・岩出生活支援センター』は平成 27 年 4 月より紀の川市の基幹相談支援センターとなるのを機に、名称を『麦の郷 紀の川生活支援センター』と変更します。今後ともどうぞよろしくお願いします。

むぎのひと

麦の郷居住福祉事業所
岩名 美歌子

麦の郷居住福祉事業所の岩名です。あいあいホームと、ひびきの郷の担当をさせて頂いています。３年半前はじめて仲間に出会った時、経験も何もなかった私でしたが、仲間の笑顔で力を貰えた事を今でも覚えています。仲間は私の人生においても麦の郷においても大先輩ばかりで、日々色々な事を教えて貰っています。仲間だけでなく保護者の方からも学ばせて頂ける機会も多く、想いや強さ、ゆっくり見守る、自立への応援など、大切なことを沢山教えて頂いています。グループホームは生活の場なので 365 日 24 時間ホームの仲間が安全に安心して生活していけるサポートが必要です。調理の方や、仲間の生活をサポートして下さる世話人の方、当直や日勤をして下さる職員の方、本当に多くの方に支えて頂いています。私の３年半を振り返ってみたら、仲間をはじめ保護者の方や皆さんへの感謝ばかりが出できました。経験も何もない私を少しずつ「むぎのひと」に育てて下さり本当にありがとうございます。これからも仲間に色々教わりながら一緒に歩んで行きたいと思っています。

イラスト：殿垣内能範/studio tono