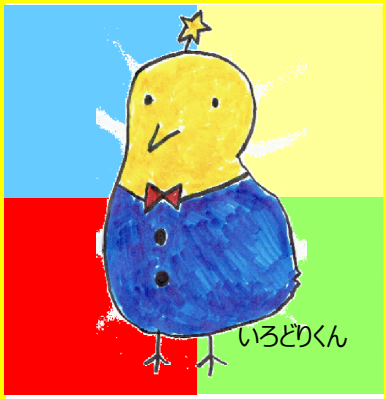

いろどり

リカバリーカレッジたちかわ機関

表面：一般課程
裏面：すぺいろ（専門課程）

第16号

発行日
平成29年10月28日

１０月のカレッジ

○パステルシャインアート
○当事者研究
○IPS②
○リカバリー入門②
○Slow WRAP
○社会資源講座②
○心理教育
○交流会
○たすきがけプロジェクト
○ドラムサークル

【10/12 IPS(インテンショナルピアサポート)】

今夜のカレッジの講座はIPS(インテンショナルピアサポート)でした。
そして今回、いま研修実施で来日中のスティーブンさん(IPSを学び始めて15年(本人談))にもお願いさせて頂き、スペシャルゲストとしてお越しいただいた本日のIPS。IPSの成り立ちなども少しスティーブンさんからシェアしてもらい、その人の「問題」ではなくてその人との「関係性」に目を向けてみるという「違った見方ができないだろうか？とかそんな事から始まったんだよね、このIPSは」なんてことが聞けて、その人の持つ責任の範囲や、責任を肩代わりしてしまうこと。また自分で決めることや、つい自分の心の声を聞けなくなってしまうことについてなどをそれぞれ思い思いに語ったり。自分の声を聞くことで人との関係性だけではなく、自分との関係が強くなること。けど日常はとてもノイズが多いこと。そんなことを話した今日の時間が、これからの日々の何かのヒントになるといいなと思った時間でした。
今期はあと一回、IPSの時間があります。答えのないこの時間ですが、皆さんと次回もご一緒できること楽しみにしています。

【10/21 交流会(バルーンアート)】

台風の影響が心配される中行われた「交流会＋α」ですが、13人もの学生さんが集い、台風をものともしない元気で明るい声が絶えない時間になりました。まずは小松学長のあいさつから始まり、そのまま自己紹介へ。「みんなに聞いてみたいこと」を募り、挙げられた質問の中からご自身で2つの質問を選択、それにそった自己紹介をしていただきました。場があたたまってくるにつれ、まるで大喜利のようにとんちのきいた自己紹介をされる方が続出。とても楽しい自己紹介になりました。そして今日のメインイベントである、みっきぃさんを講師にお迎えしてのバルーンアート。まずはみんなで「犬」をつくりました。同じ作り方をしていても、微妙なさじ加減の違いでまったく違う雰囲気の犬がたくさん完成し、その後はオリジナルの作品を作りはじめる方や、みっきぃさんに別の作品の作り方を教わる方。みっきぃさんが繰り出す緻密で可愛く、ちょっと難しそうな作品の完成を笑顔で見守る方などなど。みなさんそれぞれの楽しみ方でバルーンアートを満喫されておりました。写真の大きな作品のほとんどが、学生のみなさんによるものです。バルーンアートを通じてとても交流が深まったようで、素敵な作品たち以外の実りも豊かな時間になり、笑顔があふれる交流会になりました。

１０月のすぺぃろ

□10月9日(月)
【府中郷土の森博物館(プラネタリウム観賞)】
※星だけでなく、はやぶさの物語も楽しめました
□10月30日(月)
【じっくりハタヨガ(新講座)】
※吉村先生による新しい講座です

【10/3 革細工ワークショップ】

最近はリカバリーカレッジたちかわの認知も上がり、飛び込みでの見学希望者も増えて嬉しい悲鳴をあげています。 ありがとうございます。
さて本日は、小平で活動されている「革工芸こじかさん（南さん）」にお越しいただき、革細工のワークショップを行なっていただきました。あまりこうした機会はこれまでのすぺぃろでも無かったからか、大賑わいのすぺぃろ。「皮と革の違い」について教わる紙芝居から、普段何気なく使っている革製品に心を馳せました。「生命を使いきる姿勢」が大事なんだそうです。この日は特に編んだり縫ったりする難しい作業無しでできる「小物入れ」を作りました。参加された方はめいめい好きな革を選ばれ、トンテンカンと良い音を響かせながら進めていきました。木槌の叩き方にも個性が見られて楽しかったですね。嬉しいことに、かなり好評だったこのワークショップ。新事業所の目玉の１つになるかもしれません。

【10/20 僕らのプロジェクト プラモデルをつくってみよう】

さて今回は、「僕らのプロジェクト(すぺぃろメンバーさんが毎月担当して自分の好きなものを紹介する講座)」でプラモデルを作ってみようという試みが開かれました。ほとんどプラモデル初心者の中、皆で協力して作品を作り、時に集中、時に大盛り上がりした講座となりました。
途中、スタッフの一人が参加者さんの指を接着剤でくっつけてしまうというアクシデントが起こったりしましたが、それさえも笑い合えるとても明るく楽しい雰囲気で講座は進み、初めてプラモデルを作る方が多く、一つ一つの作業が新鮮でワクワクしながら製作できたと語っていました。

改めまして、講座を担当してくれたメンバーさん、楽しい時間をありがとうございました。

最終的には90分という講座の時間だけでは時間が足りず、プラモ製作は途中までに……。しかし、製作途中のプラモデルはそのままぺぃろにう置かれる事になり、自由に作って良い事になりました。これからも少し、プラモの時間が続くかも？

すぺでみぃろ （すぺぃろは国分寺のカフェ<でみcafe>さんとコラボしています）

　もうすぐハロウィンですね。というわけで、でみCafeでもハロウィン特別メニューを作っています。国分寺お野菜のかぼちゃを使用した「かぼちゃのおからドーナツ」です。アクセントにかぼちゃの種をあしらってみました。
　中を開けると黄色く色づき、紅葉の季節を演出しています。お味もほっこりと秋味。ぜひ、一度ご賞味くださいませ。
　さて11月は、屋外出店が大目です。11月4日、5日のはらっぱ祭り（都立武蔵野公園）。18日のぶんぶんうぉーく（国分寺界隈）などなど。19日にはライブもあります。良かったら遊びにいらしてくださいね。

でみcafeのご案内
住所：〒185-0012 東京都国分寺市本町３－１４－１
営業時間：11～18時（月・火曜日定休）
連絡先：080(5403)4106