



タック & ドンキーワールド

Takku & Donky

発行 : NPO 法人マンボウの会

(発行 : 庄子裕子)

〒854-0011 長崎県諫早市八天町 6-17

電話・FAX (0957) 22-9569

Eメール manbow1388@yahoo.co.jp

ホームページ

<http://www.geocities/manbow7.jp/donky2003/>

ドンキーワールド・タック (出張所)

就労継続支援B型事業所

11月15日ドンキーワールド17周年目

大きな夢の実現に向かって

今、ドンキーワールドは身体・知的・精神にハンディをもった仲間たちが自分の能力に応じた仕事をしています。仲間たちがキラキラした顔で働く姿を見るのが私は大好きです。

でも、ここまで来るには 17 年の歳月とたくさんの苦労と喜びがありました。パンが売れないので止めてしまおうかという時期もありましたが、「障がい者が地域で働けると言うことは、健常者にとっても働きやすい地域になるのだから」と、周りの人たちが励まし協力してくれました。だからこそ 17 年も続けてこられているのだと感謝しています。

開所当時は働く仲間たちも少なく、某パン屋の販売所としてほそほそとパンを売って「その日がなんとなく楽しく過ごせればいいかな」という程度の、夢のない作業所でした。

こんなことが 1 年ぐらい続き、「やっぱり障がい者が夢を持って働ける作業所にしたい」という声があがり、某パン屋から独立して新しい責任者をむかえて再スタートしました。

少なかった働く仲間を増やしパンの仕入れ先も変え、販売箇所を開拓して、今では 80 もの販売箇所を持つまでになり、専用の車も購入してパンがどんどん売れるようになりました。

そしてひとりだった車椅子の仲間も増え、パソコンを購入してもらい印刷部が誕生しました。今ではいろんな印刷の注文が来るようになったので、近い将来印刷部の

仲間を増やし広い場所を借りる計画もあます。

設立 14 年目の平成 21 年にはドンキーワールドの仲間が増えて働く場所が狭くなり、「アーケードの中にもう 1 ヶ所働ける場所を作りたい」という声があがり、出張所として諫早市の栄町アーケードに“軽食喫茶タック”というレストランが誕生しました。

タックがオープンした当時は接客もままならず、お客様が来てくれるだろうかと内心不安でした。でもそんな心配もよそに数ヶ月で店内はお客様でいっぱいになりました。その舞台裏には仲間たちの努力がありました。野菜の切り方・皿の並べ方・配膳、お客様との大切な会話。たくさん失敗してたくさん努力して大いに成長し、それがタックの原動力となっています。

ドンキーワールドはどんどん力をつけてひとつずつ夢を実現してきています。パン部、印刷部、軽食喫茶タック、それぞれの場所でドンキーの仲間たちが輝いて働いています。

そして現在、第 3 の木古里という作業所を準備中です。ドンキーの仲間たちが心安らかに、自然の恵みを浴びて、生き生き伸び伸びと働ける場と、訪れる地域の人たちにも自然の恵みを提供し、喜んで立ち寄ってもらえる癒しの場にしたいと思います。

仲間の夢や希望は大きな力となり、その力は夢を現実にしめます。その夢の実現のためにドンキーワールドはこれからも邁進してまいります。

大賀 誠

伊王島で“酵素風呂”にチャレンジ!

9月25・26日と、研修旅行で伊王島へ行って来ました。到着が早過ぎてチェックインできなかったのも、荷物だけを預けて、みんな思い思いの行動。

私は、「今年は、酵素風呂にチャレンジ!」と思っていたので、すぐに予約してカートで移動しました。

問診票を書いてもらい、水分補給をして、血圧を測る等の諸々の手続きを済ませ、浴衣に着替えてちょっと待たされました。酵素は鶏舎に似た匂いがして、少し臭かったです。スタッフの方に案内されて薄暗いお風呂の部屋へ移動しました。

浴衣を脱いで、3段程の階段を上るのですが、手すりも無いので、半身マヒの私には大変でした。スタッフに手助けしてもらい、ようやく一歩を酵素の中に入れることができました。

「熱いッ!!」が最初の感想。「これは耐えられないかも知れない」と次に思いました。

やっとのことで横になり全身に酵素をかけられて、顔だけを出している状態で、砂蒸し風呂と同じですね。この状態で15分です。動くと熱くなると聞いていたのでじっとしていました。じわあ〜っと汗が流れてきます。7分ぐらい過ぎると、スタッフが汗を拭きに来てお茶を飲ませてくれました。終わってみたら以外に早かったし、熱さも耐えられました。身体の芯から暖まって、汗もいっぱい出て、とても気持ち良かったですよ。また伊王島に行く機会があったら、皆さんもぜひ体験してみてください。

才木 真由美

エステ&マッサージ ユツサ 心も体も天国気分

研修旅行で伊王島に行くのは、2回目です。今回は利用者さんの希望で、酵素風呂とマッサージのふたつを体験しました。

田中恵さんがマッサージ希望だったので、まず温泉で体を温めてから行くことにしました。予約の必要のないところだったので“リラクゼーションルーム手もみ処”へ行きました。

恵さんだけ受けるはずでしたが、私も一緒に受ける事にしました。体もぼかぼかしてマッサージ用の服に着替えて、それぞれのカーテンで仕切ったベッドにうつ伏せになり、体のコリを取ってもらい、天国気分ですべて感じました。

終わった後は、体はすっきりし、心も軽くなりました。また機会があれば受けたいと思います。とてもリラックスした研修旅行でした。ありがとうございました。

田中 まゆみ

これからもよろしく! 仲間として初参加

ドンキワールドの仲間として、初参加の研修旅行に行くことができ、とてもうれしく思いました。夕食の宴会で、皆さんと楽しい時間を過ごすことができ、本当に感謝しております。

これからもよろしくお願い致します。

上戸 留理子



50おやじの!! 食いしん坊の思い出

今年は完成した橋で、素晴らしい眺めを楽しみながら伊王島に渡りました。でも、島へ行くのなら船で渡の方が情緒があって良いなとも思いました。

今回は前回よりもグレードアップした宿泊プランを楽しみに、伊王島の研修旅行に参加しました。

私が特に楽しみにしていたのは、温泉と夕食です。温泉は大好きなのですが、水恐怖症で普通の湯船には浸ることができません。でも伊王島の“壺風呂”は体を立てて入るので、おぼれる心配が無く暖かくて気持ちよい時間を過ごすことができました。

夕食はテレビ番組で見ていた、期待どおりの豪華伊勢エビ料理がど〜んと出てきたので、美味しく頂きました。しかしその後は、野菜中心の料理がメインで、少し残念でした。せっかくのエビ料理の後に、夜中にお腹が

すいてカップラーメンを食べてしまうという始末。

翌日、バーベキュー場で「サザエの壺やき」をやっているのを見て食欲に火が付きまして「ビールを飲みながらサザエの壺やきを食いたい!!」とおもいましたが、今度家族で来るときの楽しみにとっておきます。

ホテル、送迎車などはバリアフリーになっていましたが、車イスで利用できるトイレがありませんでした。“障がい者用トイレ”というのはありませんでしたが、ほとんどの障がい者の使用は難しいと思われるものでした。私たちにとっては安らぎ以前の大切なことなので、改善してもらえると良いなとも思いました。

今年も楽しい研修旅行に参加させていただき、ありがとうございました。

木寺 康則

Happy Day 旅行の日は誕生日

伊王島には平田さんの運転で行きました。

旅行の日はハッピーなことに、私の誕生日と同じでした。みんなにお祝いしてもらって、めっちゃ嬉しかったです。島に着いてから夕食までは、少し疲れていたのので、部屋で寝ていました。

夕食は、大ちゃん、オ木さんと同じテーブルでした。実行委員だったのでくじ引きの箱を持ってみんなにくじを引いてもらいました。夜のカラオケでは、大ちゃんとヘキサゴンオールスターズの「泣いてもいいですか」を歌いました。私は、カラオケが大好きです。平田さん

の歌がうまかったです。村島さんと本多さんと岡部さんともカラオケと一緒にきたかったです。

泉 桃子



初参加でも とてもゆかいな一日でした

私は木古里で働き出してまだ1ヶ月ぐらいなのですが、ドンキーワールドの仲間として伊王島の研修旅行に参加させて頂きました。みんなとても気持ちが優しくて、おもしろい人達ばかりだったのでホッとしました。

夕食の後はカラオケに行きました。途中でマイクを取られ、私の十八番（おはこ）を歌うことができなかったのが残念でした。

木古里から一緒に参加した留理子さんは“よもぎ風呂”に行ってしまう、少しひとり寂しい時間を過ごしました。夜はみんなでお酒を飲んでにぎやかでした。

いろいろなイベントがあって、初参加でしたが、楽しい研修旅行でした。ありがとうございました。

坂田 光則



実行委員の難しさも
楽しさも、達成感!

料理とお酒で会話も弾む

今回私は、「研修旅行の実行委員」を務めさせていただきました。初めての経験なので、どんなプランを立てたら仲間に楽しんでもらえるかを、皆で一生懸命考えました。

初めは、食事をしてもらいながら“ちょっとした余興”を見てもらおうと考えていましたが、「好ましく思わないひともいるだろう」という意見がでたので、余興はしないことに決めました。

でも、少しでも楽しさを演出したかったので、夕食の席や景品をくじ引きで決めたり、僕たち実行委員なりにアイデアを出し合いました。私自身、景品をゲットすることができたのでラッキーでした。

仲間の好みや性格なども考えながら、旅行の計画を立てるのは本当に大変で難しかったのですが、みんなに喜んでもらったので実行委員をやって良かったと思えました。

さて、私自身伊王島に行くのは初めてで「どんな所なのだろう」と旅行の何日も前からワクワクしていました。川田さんの運転で私の実家の近くを通過して、伊王島に向かいました。所要時間、約1時間半。

伊王島に着いてからは部屋でゴロゴロしながら池本さんと一緒にテレビを見て過ごしていました。

心配していたお風呂は、上原さんに手伝ってもらい入ることができました。やっぱり大きなお風呂は気持ち良

いです。

夕食の時は、普段余り会話することができない仲間と会話を楽しみながら、おいしい料理とお酒を頂きました。森さんが何度も注ぎに来てくださったので、つい調子によって飲み過ぎてしまいました。夕食後も仲間や職員さんとカラオケに行って、2時間ほど楽しみました。

その後、翌日手話講習会があるにも関わらず遅くまで飲んでしまいました。

2日目は、みなさんと過ごすことはできませんでしたが、初めての伊王島に行くことができ、またひとつ思い出が増えました。

ゆいいつ残念だったことは、全体写真が撮れなかったことです。やっぱり、写真は全員そろって撮りたいです。

はてさて、来年の研修旅行はどこに行くのでしょうか。もう楽しみにしています。 森 大輔



初めての研修旅行で
初めての実行委員!

自然いっぱい、美味しい料理に舌つつみ

研修旅行自体、僕自身初参加でありました。実行委員（川田さん、宮浦さん、森大輔くん、桃ちゃん）のサポートと仲間の規則正しい行動のおかげで、順調な進行となりました。伊王島のすばらしい景観、独り占めするにはもったいないほどの癒しとくつろぎとを堪能できたことも、僕の思い出の1ページに刻まれました。自然いっぱい、おいしい料理に舌つつみ。そんな楽しさを胸に2日目の帰る車の中では、何か寂しさや嬉しさが交錯するかなような不思議な気分になって、伊王島をゆっくりと後にしたのでした。

実行委員として仲間の協力とまとまりの良さと、無事何事もなく終わられて帰ってくる事が出来たのが、大変良かったと思います、みなさんお疲れ様でした。 岡部 大輔

ドンキー&タック 仲間達の いまいち残念、釣りバカ日誌

伊王島研修旅行では、いくつかのプランの中から、私は魚釣りプランを選択し、魚釣りの道具も自分たちで準備しました。

メンバーは、私と宮浦さん、小島さん、竹村さん、田中かっちゃんの5人で、11時半ぐらいに伊王島に着いて、12時過ぎぐらいから釣り始めました。

サビキ（カゴにエサを詰め、その上に釣り針が何個も付いている仕掛け）という釣り方で、アジゴを狙うことにしました。

宮浦さんが初めに一投目を投げ、カゴからエサが散らばり小魚が集まってきました。そして、かっちゃん、小島さん、竹村さんと次々に投げました。しばらくすると魚が掛かり始めました、掛かった魚は6~7cmぐらいのスズメ鯛という魚でした。スズメ鯛はよく釣れるので

すが、なかなかお目当てのアジゴが釣れません。

ふと気づくと、足元にイカの墨の痕があったので、もしかするとイカが釣れるかもしれないと思い、エギングを糸に結び付け、イカ釣りをしてみました。1時間ぐらい粘ってみましたが、まったく釣れませんでした。そこで他のメンバーに期待してフォローにまわりました。

福地さんがオキアミ（冷蔵保存されている2cmぐらいの本物のエビのエサ）を買ってきたので、それを皆の針に付けて投げる事にしました。平古場さんもエサ付けを手伝ってくれて、おかげで小さいコッパグロやベラなどが釣れました。結局、お目当てのアジゴは釣れませんでした。きれいな海と自然の中で、皆でワイワイ話しながらの釣りはとっても楽しい時間でした。

池田 秀春



待ちに待った研修旅行 自由プランから、釣りを選択

待ちに待った年に一度の楽しい研修旅行。行先は、2度目となる伊王島でした。今回は、数名ずつ各グループに分かれての自由なプランで、出発もバラバラ。昼食も自由となり、それぞれに楽しんでいました。

私は自由プランから、釣りを選択しました。しかし潮の悪さと腕の悪さでさっぱりで、結果は雑魚が数匹上がったただけでした。

旅行の実行委員を務めてみて大変でしたが、終了まで無事故だったのでホッとしました。楽しかったです。ありがとうございました。

宮浦 満

結果ボウズでも 当日は天気が良くてウキウキ

やすらぎ伊王島で魚釣りができるということで、一週間前からポチポチと準備を始めました。

当日は天気が良くてウキウキでした。午後2時頃からアジゴ狙いで、釣りを始めましたけども、なかなか当たりがなく、潮の流れが悪いのか？ 日頃の行いが悪いのか？ なんでもいいから一匹だけでも釣りたかったけども、時間切れで結果ボウズ！ 疲れました。

最後に、豊かな自然の伊王島で、楽しんで釣りできたことに感謝です。

竹村 孝

楽しい研修旅行

伊王島散策と秘密の二次会

ドンキーとタックのメンバーと職員さんたちみんな、伊王島に行きました。個人的には3回目でしたが、橋を渡っていけるようになってからは初めてでした。

ドンキーに9時集合。福地さんの運転でさっそく出発。木古里に少しよって、それから野母崎方面へと向かいました。途中で軍艦島を見ることもできました。

野母崎の亜熱帯植物園では、いろんな植物や、かわった名前の花(ヤングレディー)を見ることができました。順路を進んでいると森さんチームのメンバーと合流し、またいろんな植物を鑑賞した後、みんなで昼食を食べました。その日は、園内で伊勢エビ祭が開催されていて、伊勢エビ料理を食べることができたのですが、伊王島の夕食に伊勢エビがでてくるとのことだったので、みんなトルコライスや日替わりランチを食べました。

伊王島に到着すると、すでにみんな着いていて、ホテル内でゆっくりしている人もいれば、魚釣りをしている仲間たちもいました。

自分の伊王島でのプランは「伊王島散策」だったので、ホテルの部屋にチェックインして、すぐに橋本さん(通

称ハッシー)たちと、伊王島を散策するために自転車を借りにいきました。しかし、その日は日曜日ということもあって観光客が多く、自転車はすでに全部貸し出されていて、結局乗ることができなかったのが、散策はできませんでした。

そのかわり、他の仲間がやっていた釣りを見学しに行きました。大きな魚は釣れていませんでしたが、小さい魚をいっぱい釣っていました。魚を触ったり、エサをつけたりして手がすごく臭かったので、すぐにお風呂に入りに行きました。お風呂はとても気持ちよかったです。

その後は、楽しみにしていた伊勢エビの夕食だったのですが、昼食で伊勢エビ料理を食べていれば良かったと思わずにはいられない程まいちな感じの料理でした。しかも、森さんにビールを何杯もつがれるし、才木さんには一気飲みをさせられてビール腹になり酔いつぶれました。でもそのお陰で楽しい夜を過ごすことができました。

夕食の後は部屋に戻り、二次会を開きました。内容は二次会に集っていた仲間だけの秘密です。

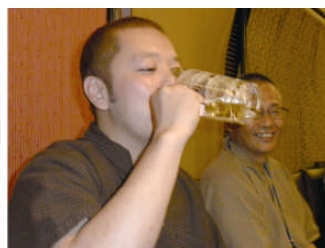
また、楽しい研修旅行に行きたいと思います。

村島 和明



スモークツリー【ヤングレディー】

- 学名: *Cotinus coggygria* "Young Lady"
- 別名: ケムリの木、スモークブッシュ
- ウルシ科 / 耐寒性低木 / 落葉樹
- 原種の代表的な原産地: 中国
- 主な花期: 夏



ブログは大事な
情報発信源

文章がダメなら、写真一枚を貼ってみる

ドンキーワールドが大切にしているものにホームページの「なかまのブログ」があります。ドンキー&タックで働いている仲間たちが、その日のでき事を自由気ままに書ける電子掲示板です。

ブログの内容はみんな色々で、自分の1日のでき事を書いたり、仲間達がどんな活動をしているのかを地域の方々に知ってもらえる情報発信源にもなっています。自分の悩みや考えていること、心理状態・健康状態や、感じていること考えていることなど。仲間の様子を他の仲間や職員がうかがい知ることもできます。自分の知らない世界を感じることもできます。

しかし残念ながら「なかまのブログ」の書き込みが減りつつあります。

そんな大切なブログの書き込みを増やして欲しいと思い、ホームページのトップデザインを、ドンキー&タックらしい「なかまのブログ」を中心にした、楽しいペ

ージに作り直すことにしました。今回はデザイン経験の豊富な指導員の上原さんにアドバイスを受けながらの制作作業でした。

“仲間の個を尊重するイメージ”で、各人のブログのトップ画像や写真の一部をアイコンにして、色とりどりのタイル状にして敷き詰めました。そんな作業をしているうちになんだか楽しくなってきた「あそこはこうした方がいい、ここはこうしようと」私の向上心に火がついて、気がついてみたら色彩豊かで、見やすいページが完成していました。色の組み合わせやボタンの統一などを考えるのに苦労しましたが、本当に見るだけでも楽しく素敵なページに生まれ変わりました。(写真左下)

これでドンキーの仲間たちもブログを更新してくれることと思います、いや更新をぜひお願いします。文章が苦手を書けないのなら、写真一枚貼るだけでもいいのですから。

そして、ホームページは常に更新させておかなければならないと思います。特にドンキーのような地域の中で活動している事業所は地域に対してオープンにする義務、そして、権利もあると思うのです。 大賀 誠



ガーデニング & フラワーショップ



GARDENING WORLD CUP FLOWER SHOW 2011 Nagasaki Japan



Gardening World Cup
銅賞受賞

木古里

おめでとうございます!

Gardening World Cup 世界大会 銅賞

木古里さんは、2011年10月7日ハウステンボスで開催された「ガーデニングワールドカップ2011」で、銅賞を受賞。

また、来場された一般のお客様による「人気投票」で1位になりました。



ガーデニングワールドカップ2011 ★銅賞受賞作品★

無料 限定30名様 タックオープン二周年記念
フラワーアレンジ教室

参加をご希望の方は、タック内で参加申込への記入をお願いいたします。

■場所：栄町アーケード タック前 ■日時：11月23日(祝) 11時～15時
■講師：上戸 則幸氏 電話：090-4988-8929(森)



ピープルズチョイス賞



世界大会の銅メダル



上戸 則幸さん 茂さん



ライトアップで幻想的に浮かび上がる作品

2012 年賀状印刷承ります

オリジナル見本あります

ドンキーワールド

予約受付中

枚数	黒一色	フルカラー	喪中ハガキ
10枚	¥400	¥450	¥400
20枚	¥600	¥900	¥600
30枚	¥800	¥1,350	¥800
40枚	¥1,000	¥1,800	¥1,000
50枚	¥1,200	¥2,250	¥1,200
60枚	¥1,400	¥2,700	¥1,400
70枚	¥1,600	¥3,150	¥1,600
80枚	¥1,800	¥3,600	¥1,800
90枚	¥2,000	¥4,050	¥2,000
100枚	¥2,200	¥4,500	¥2,200

※申し訳ありませんが、宛名書きはおこなっておりません。
※101枚以上の場合は、別途御相談に応じます。

お問合せ、ご注文は TEL : 0957-22-9569 担当：上原

編集後記

◆ドンキーが設立して17年が経ちました。今までいろいろな夢を実現させてきました。これも、地域の皆様と、支援して頂いている方々の協力のおかげだと思ひ心から感謝しています。 大賀

◆東日本大震災から8ヶ月。国の対策は進まないまま、夏は過ぎました。そして、暖房に使う石油の供給が心配なこの頃です。早い復興を望みます。木寺

◆機関誌を手渡する様になってから、地域の方々に声をかけて頂きうれしく思います。ドンキーが、地域の方々にもっと貢献出来るように仲間と共に夢を持って、歩んでいきます。 森

◆自分の体調不良で仕事を遅らせてしまい、仲間迷惑をかけてしまいました。これから風邪やインフルエンザが流行する時期です。皆様も、うがい手洗いで予防し、お体ご自愛ください。 上原