

# こまつがわからのお知らせ

## <就労支援事業>

3月は、寒い冬から少しずつ暖かくなり新しい環境に向けた準備をする季節の変わり目です。

花が咲き華やいだ季節に変わっていきます。卒業時期に桜が散ると門出を祝う花吹雪だなど感じます。門出には期待と不安が伴います。

それらは誰にでも起こり乗り越えて色々な経験をして成長します。仕事や学校が終了する3月は草木の芽が着き花が咲き後に実を着ける準備の季節だと思います。

皆さんはどんな花が咲き実を着けますか？

## <居住支援事業>

東京でも雪が降り、凍てつく寒さの日が続きました。部屋にいてもなかなか暖房が温まらなくて、暖房の温度も上げがちになってしまいます。暖房の時も扇風機を使うと空気がまわり、温まりやすいようです。ちょっとした工夫で居心地の良さを上げることができるんですね。自分の家をどう居心地よくできるか。

みなさんのアイデアも聞いてみたいです。

## <ピアサポーター育成事業>

今月より後期の講義は始まります。後期は3回の講義になります。今まで学んできたピアサポートの基本的な内容に加え、ピアサポートとして働いていくうえで必要な自己対処法や「どんなピアになりたいか」自分の目指すピア像を学んでいきます。

自己対処法を見つけることは、ピアに限らず大事なことです。自分がどんな時にどんなふうか、その時どう対処すればいいのか。客観的に考えることは難しいですが、意識しておくことだけでも違うかもしれませんね。

## <広報部 ワッツアップ>

久々のヨゼフです。今回は1月31日に参加した関東大会の事をお話します。ゆいこまで出場した人達は心の傷を持った人もいれば、体の傷を持ってしまった人もいます。大会規則として、スタッフが試合には出場が出来きないので幅広くカバー出来る人が減り、その上セッターの人も怪我をしながらの参加となりました。目標は1回戦でも勝利出来ればいいなと思ってたけど、残念ながら今回結果は思うようにはいきませんでした。負けても、皆が楽しんでバレーボールが出来れば良いと思います。

私も出場予定でしたが2年連続で大会直前の怪我で応援する側だったので、来年の関東予選の試合に出れたら幸いです。

# こまつがわ美術館

センターこまつがわの芸術家さん達が心を込めて…

12月にパラアート展にKENさんが選ばれたことをご報告したかと思いますが、KENさんのもとに素敵な贈り物がとどきました。パラアート展の入賞作品の図録です。立派な図録の1ページには、KENさんの受賞作品「大切な人」が載っています。作品を見つけて「うれしいです!」と笑顔のKENさん、大切な宝物ですね。

