



# 季刊あそーと 第五号

令和5年  
9月発行

かばんが重たい族の方々に朗報です。無印良品の肩の負担を軽くする撥水リュックシリーズが最高。今すぐ買うべきです。その名の通り肩の負担が本当に軽くなります。今日はもしかしてノートパソコンを忘れてきた？レベルで軽い。自転車で出発して、カバンの背面を毎日触って確認してしまいます。無印さんありがとう。僕のかばんは昔から重たくて、まあ原因は怠惰です。必要になりそうなものをポイポイとカバンに詰めるので、気が付けば重くなっている。整理が苦手なので、面倒くさくてなかなかできない。時々整理をすると、どさくさに紛れて必要なものもどこかに行ってしまう探すのに余計な時間がかかる。結果、重いと面倒くさいを天秤にかけたときに、重いを取ってしまいました。中学2年生くらいで毎日の時間割合合わせを辞めて、毎日全教科書を持って行く決断をしたので、重いカバン歴はざっと20年です。しかし、肩の負担を軽くするリュックがあれば実質リュックの整理ができたようなものです。開発者の人もたぶん怠惰な人なのでしょう。かばんが重たい族の人、超おすすめです。



## あそーと事業紹介

### 2学期の校内居場所カフェスタートしています。

2学期も始まり校内居場所カフェもスタートしています。

茨田高校ココカフェでは先生によるタロット占いが人気です。なんと先生のマイタロットカード。横から占いを見ていると、高校生達がすっきりしていくように見えます。悩みの原因の問題それ自体が解決するわけではないけれど、終わった後はなんかすっきりしているんですね。悩みのシェアというか、自分の悩みを自分だけのものにせず外に出したことが、すっきりに繋がっているようにも感じます。

1学期も沢山の生徒が参加してくれました

令和5年4月～8月 延べ利用人数

529名（実利用人数 236名）

※3校（野崎・茨田・門真西）にて合計25回実施



日々の生活、日々の人間関係、高校生であれ大人であれ、悩みは尽きません。生活をしていく上で悩みがあるのは仕方のないことです。問題はその悩みがケアされずに積み重なっていくことです。悩みが積み重なっていくと、問題解決に立ち向かっていく元気が削がれてしまいます。具体的な解決策を知っているから問題解決に取り組んでいけるのではなく、悩みへのケアがあるから問題解決に取り組んでいけます。これがエンパワメントの第一歩目です。10代後半はまだまだ保護者や近い大人からのケアが必要とされる時期です。悩みやしんどさへのケアがあるからこそ、日々の成長に向かって取り組んでいくことができるのですが、家庭や生活の状況によってはケアされる機会が乏しい高校生もいます。

校内居場所カフェは問題解決の場所ではなく、ケアの場所です。はいどうぞおつかれと手渡されるドリンク、しょうもない話をしながらの UNO、弱音と愚痴をただ聞いてくれる友達や大人、そんな特にパツとしない地味で落ち着いた時間が高校生達をケアしているのだと考えています。

## DRIPBAG.com がスタートしました！

当店のドリップバッグコーヒーにお好きな写真や画像を印刷できるサービス「DRIPBAG.com (ドリップバッグドットコム)」を開始いたしました。インターネットからご注文いただき、メールでのやりとりのうえ商品を発送いたします。



写真と文字を変更できる「テンプレートデザイン」には 誕生日・結婚式・内祝など数種類のテンプレートをご用意。画像をそのまま使用できる「オリジナルデザイン」は、企業やお店のノベルティにもおすすめです。



今年 4 月のサービス開始以降、少しずつご注文をいただいています。是非この機会にご利用下さい。

ご注文は1個から。詳しくは HP をご覧ください。  
<https://originaldripbag.com/>



# DRIPBAG.com

ドリップバッグドットコム



## あそーと事業報告

### ガイドヘルパー養成講座を開講しました

知的障害者ガイドヘルパー養成講座を開講しました。8月26日(土)、9月2日(土)の2日間の講義と1日通してのガイドヘルパー実習で資格取得となります。今回は学生から社会人の方まで計8名が受講しています。障害とは?人権とは?という話から、実際のガイドヘルパーの具体的な仕事内容まで、受講生みんな幅広く学びました。



ガイドヘルパーは障害のある人の外出を支援する仕事です。一緒に映画に行ったり、買い物をしたり、カフェでちょっとお茶をしたり、プールやジムで汗を流したり、外出を通して余暇の支援を行います。障害があってもなくても生活に余暇は必要不可欠です。次回のガイドヘルパー講座は年明け2月を予定しています。余暇支援にご興味のある方、ご受講をお待ちしております。

ご不要になった本を寄付して下さる方は下記までご連絡下さい。お近くでしたらお引き取りにお伺いすることも可能です。またはココアル HP をご覧ください。

発行元: NPO 法人あそーと TEL06-6932-2700 メール [cocoaru@npo-assort.com](mailto:cocoaru@npo-assort.com)

