

厳しい寒さが続いていますね。みなさん、いかがお過ごしでしょうか。

# クローバー便り

第5号

## 【特集記事】

・猫の祭展

・詩人 永瀬清子とハンセン病文学の読書室  
での体験発表について



# 春 近 し

## 体験談



## ぴあサロン



## ピアサポートとは



## メンバーの一日



字  
さとしさん



# クローバーの活動紹介

わたしたちは、就労継続支援B型事業所(障害福祉サービス)、ピアセンター クローバー です。  
精神疾患のピアサポーターとして、当事者や地域へのピアサポート活動(※次ページで詳しく説明します)を主な就労作業にしています。  
当事者へのピアカウンセリング活動、近隣の病院や地域での交流会やグループワークの開催、町内会や愛育委員での体験発表を通じての普及啓発活動、精神障害に関する講座の開催や登壇など、様々な活動をおこなっています。

## ※ピアサポーターとは？

ピアとは「PEER」、仲間・対等という意味です。

心の病を体験した仲間たちが、自分の経験をもとに、

同じような悩みで困っている方々を支えていくサポート活動をしています。

メンバーはピアサポーター養成研修を受講し、認定を受けています。

## ～主な活動内容～

### 居場所づくり

地域活動支援センター「ぱる・おかやま」にて、クローバーのメンバーが居場所当番として、皆と一緒に安心できる、ほっとできる居場所づくりをおこなっています。  
手芸や料理、文芸創作など、「ぱる・おかやま」の利用者が楽しく参加できるサークル活動を企画し主催しています。

### 交流会や講演会の運営・開催

地域の当事者や家族が交流できる会を定期的に開催しています。  
地域の啓発活動や研修等の講師依頼を受け、登壇することもあります。

### 電話相談

クローバーのメンバーが電話相談に応じています。  
同じような悩みや不安を経験している仲間だからこそ、分かり合える、共感し合えることがあります。

利用を希望される方は、クローバー電話相談パンフレットをご覧ください。

あなたはひとりじゃないよ  
あなたのそばにいるよ



クローバーちゃん  
(マスコットキャラクター)

## ～その他の活動内容～

### 勉強会、相談会

ピアサポートの質の向上のための勉強会や、日々活動していくなかでの不安や困ったことについて皆で共有し相談できる会を設けています。  
ピアサポーター同士が支え合い、つながりをもてる活動をおこなっています。

### 広報活動

ブログやインスタ等の SNS で日々の活動の様子を発信しています。  
広報紙(クローバー便り)を製作し、活動や取材の報告、創作作品などを掲載し発信しています。

### 創作活動、事務作業

交流会やイベントに使う資料や準備物、お土産、広報誌(クローバー便り)に載せる作品の製作を行っています。  
メンバーが得意なことを分担して取り組みます。

### 自立支援協議会ホームページの管理

自立支援協議会のホームページ(え〜んじゃネット)の管理をクローバーでおこなっています。  
パソコンが得意なメンバーが活躍しています。





# ピアサポートとは



ピアとはpeer、仲間、対等という意味です。

ピアサポートとは、同じような経験をした仲間(ピア)同士の支え合い、お互いの当事者としての経験を持ち寄り助け合うことです。

そもそもアメリカで発祥した「ピア」という言葉は、日本では2000年以降よく使われるようになり、日本でもピアサポートが普及されてきました。

私たちピアセンタークローバーは何のピアかという、精神疾患、心の病を経験した仲間(ピア)です。私たちはピアサポート活動をしているグループです。

私たちがどんな活動をしているか、詳しくは、あすなろ福祉会ホームページのピアセンタークローバー、ピアセンタークローバーのブログ、Instagram、TikTokなどでチェックできます。是非ご覧ください♪

QRコードはこちら♪



ホームページ



ブログ



Instagram



TikTok

## 🍀 クローバーの活動の様子 🍀



クローバーの電話相談の様子です。クローバーのメンバーがピアサポーターとして皆さんのお電話に出て、色んなお話や相談を聞かせていただいています。2005年から地道に続けているピアサポート活動です。

相談電話:070-5305-5975

月・水・金 10:00~11:45  
13:00~14:45

※相談者のプライバシーは守られます  
※祝日、お盆・年末年始はお休みです。  
※お休みの可能性もあります。ご了承ください。

# 猫の祭展

2025

猫の祭展って？



プロ作家、障害者、支援学校の子どもたちなど、あらゆるジャンルの芸術家たちが、猫を共通モチーフにオリジナル作品で共演するアートプロジェクトです。

今年は戦後80年にちなみ、【戦争と平和】が副題でした。

その猫の祭展に、今回はじめてクローバーが参加し、イベントを開催しました！

4月頃から企画会議を始めて、みんなでアレコレと悩みながら進めていきました。

ひとりひとり色んな思いを込めて猫のお面を作ったり、猫の地蔵を作ったり、自分の得意な作風で個人の作品を作ったり、企画を考えたり、下準備を一緒にしたりなど、みんなの絆を深め合う機会にもなりました。

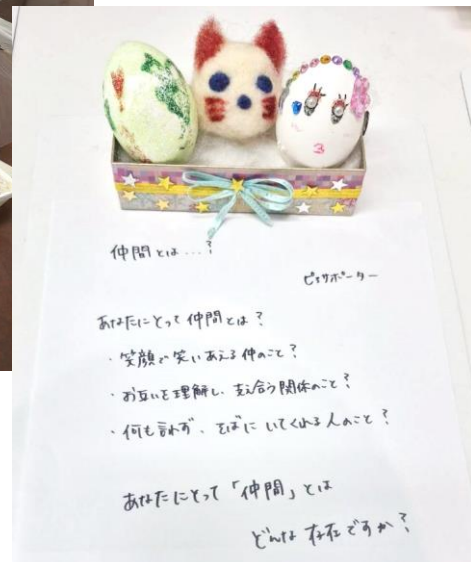
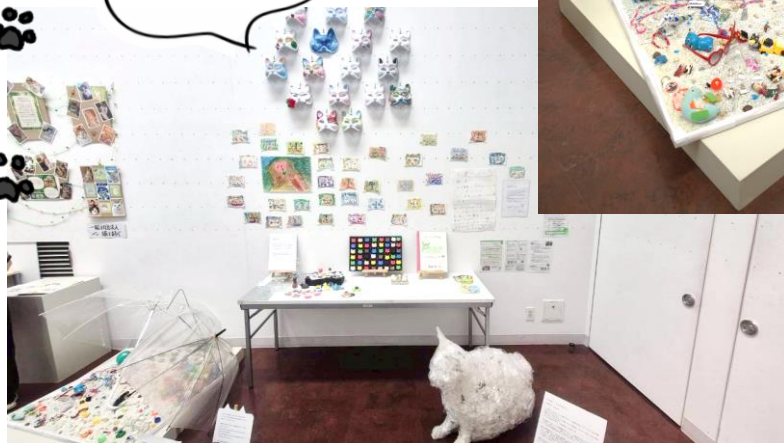
みんなで  
描いた猫たち  
かわいいニャー







展示の  
様子だよ



## 天神山プラザ展示 8/12～8/17

天神山プラザで、他の団体さんたちとも合同で作品展示をしました。

休日の搬入で、初めての参加で展示の仕方が分からないなか皆で相談しながら飾り付けました。

猫の地蔵をメインに展示しましたが、バランスを考えて調整するのが大変でした。

たくさんの方が見に来てくれていて、クローバーの展示を目的に来てくれた方や、クローバーメンバーに会うために来てくれた方もいました。

たくさんの人とのつながりが見えて、新しいつながりもできて、嬉しかったです。テレビやラジオなどの取材もきていて、メンバーやスタッフの作ったお面がテレビにドーンとアップで写っていました。

隣のブースの保護猫団体さんとも仲良くなりました。

猫の生活費のために行っている募金活動を、クローバー内でも始めています。クローバーの休日開所の時などにお会いしてお渡ししたいと思っています。

作家さん、地域の方など、クローバーとの関係・つながりを紡げたことを嬉しく思いました。そのつながりが切れることなく続くようにしていきたいです♪

# 猫展inクローバー 8/27～8/29

表町にある地域活動支援センターぱる・おかやまのあすなろ荘を会場にして、作品展示とワークショップを行いました！

あすなろ荘のガラス窓には、セロハンで作ったステンドグラス風の大きな猫と、マスキングテープで作った原爆ドームを展示しました。

日の光と照明が透けて綺麗に映りました。

3日通してカフェを開催し、猫のみたらし団子と飲み物、猫のコースターのセットを販売しました。みんなで頑張って作った一点物のコースターを手にとってくださり嬉しかったです。

各メンバー特技も生かしたワークショップも開催し、大盛況でした♪

猫ちゃんのみたらし団子です🐱

メイクがとても上手なメンバーに猫ちゃん顔をつくってもらいました！

みんなで力を合わせてやりきりました！







猫の団子  
食べるの  
もったいないな～



## WRAP in 猫の祭展 ワークショップ 8/29

当日は、①希望・猫が希望になるとき。②主体性・猫の世話をして、関わってみて主体的になれると思えること。③権利擁護・猫がいて、みて、守られてると思えること。④学ぶこと・猫から学ぶこと。⑤サポート・猫が助けてくれていると思うこと。

の5つのテーマでワークを行いました。

みなさん、日々、猫さんに抱いている気持ちや、良かったことを出し合いました。

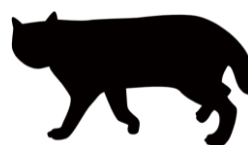
また、猫の祭典で展示ワークの「猫が、元気の回復になること」も共有しながら、ゆったりと話し合いました。途中、県議の大塚さんも入って記念撮影を行いました。

ご参加をいただいた方々、スタッフとして関わってくださいましたクローバーメンバーのみなさま、どうもありがとうございました。



ご来場いただいた皆様、ありがとうございました！

WRAP主催:ぼう



# 詩人 永瀬清子とハンセン病文学の読書室

2025年9月28日(日)、  
【詩人 永瀬清子とハンセン病文学の読書室】で  
体験発表をさせていただきました！  
クローバーメンバー3人の体験談を、参加者の皆様に  
聞いていただきました。

その時のことや、精神障害とハンセン病の共通点、  
地域への思いについて、  
副理事長の原憲一さんにお話を伺いました🍀



体験談を聞いてくださってありがとうございました。  
感想をお聞かせください。

**原さん:**僕は毎月、精神科医が主催する精神医療  
関係の集まりに参加していて、医療者側の話は  
よく聞いていました。しかし、そこに当事者・体験者  
は参加されてはならず、当事者の体験談を聞かせ  
ていただくのは僕にとって初めてのことでした。  
聴けて本当に良かったと思います。

又聞きではなくて、本人が目の前にいて本人の口  
から喋ってもらえることで、その苦しみや不条理、  
大変さが伝わってきました。  
ハンセン病と一緒に、隔離してはダメだ、と  
強く感じました。

一緒に、と感じられたんですね。

**原さん:**そうですね。歴史的にも共通するところ  
がありますね。精神疾患もハンセン病も、昔から恐ろ  
しい病気と恐れられていました。押し込める医療で、  
一般社会とは隔離することで解決したことにされ  
ていました。押し込める医療、隔離することは病状  
がより悪くなるだけです。

特に精神疾患については、手っ取り早く治す方法  
はないのに、手っ取り早さを求められてしまっ  
ている。本当は人権を尊重したゆるやかな治療や  
ゆるやかな支援が必要なのに、余力のない効率主義  
の今の社会のなかではなかなかそれを叶えられ  
ない。社会からは厄介者扱いされてしまう。  
厄介者扱いされて社会とは断絶されて、病気その  
ものよりも、「分からない⇒怖い」という意識で  
世間から更に断絶されて、忌避されていってしま  
います。差別感情が先行してしまっています。

どうすればその断絶を無くしていけるか、包容力  
のある社会になっていくか。

それについては、ひとりひとりが少しずつ意識を  
変えていくことが大事だと思います。

昔と比べると、少しずつ社会全体で理解がすすん  
でいるように感じますが、精神疾患・精神障害に  
対する世間の目は、まだまだ理解されていないと  
思います。

少しずつ、ですね。

昔と比べると理解がすすんでいる、というのは  
どういったところでそう思われましたか？

**原さん:**いま、表町商店街に沢山の障害福祉の  
事業所が出来ていますね。  
表町商店街は歴史のある商店街で、たくさんの人  
がその歴史の意識とともに栄えてきたものです。  
昔であれば、障害福祉の事業所をつくることは  
出来なかつたろうと思います。  
それがいま事業所がそこかしこにあって、当たり前  
のこととして皆に受け入れられていますね。  
世間の方の意識が変わってきているのだなと感じ  
ます。

こうして、商店街の中にこの【詩人 永瀬清子と  
ハンセン病文学の読書室】を開設して運営するこ  
ともできています。

昔は、ハンセン病患者の作品を展示しただけでも  
「患者がくるじゃないか」と苦情を言われたことが  
ありました。

実は、この読書室の開設をすすめている時も、誰か  
に生卵を投げつけられるのではないかという不安  
もありました。今では商店街の中の場所のひとつ  
として自然に受け入れられて、通りがかりの方が  
ふらりと寄られたりして、あたたかい居場所にな  
っています。

来年、お隣にカフェが開業する予定もあります。

皆の意識が変わってきているのを感じますね。



ということは、これからも少しずつ変わっていく、  
変えていける、とも言えます。  
スピードは遅いかもしれませんが。

その意識を変えていく後押しのアプローチが、  
私たちの力でしていけるのだと思います。

意識を変えていくアプローチについて、  
具体的にどういった内容が後押しになると思われ  
ていますか

原さん: 今回の体験発表のように、話し合う場が、  
機会が、もっともっとあることが大事だと思います。  
当事者本人が、直接自分の言葉で話して、直接  
目の前にいる人に伝える場が。  
それも医療関係者や福祉関係者じゃない、一般の  
人に、ですね。

話すってとても勇気が要ることですよね。  
ハンセン病患者も、昔僕が取材に伺った時は  
ラジオはOKされても顔出しは拒否されていました。  
その理由は地元の家族の生活を考慮のことでした。  
誰々さんの家にハンセン病患者が出ていて、と  
知れると、家族の就職や結婚に差し障りが出たか  
らですね。  
ですが、今は患者本人が看護師さんと一緒にこの  
【ハンセン病文学の読書室】に来所したりされてい  
て、自然体で自分の体験談を話してくれています。

精神疾患・精神障害についても、家族のことや自分  
自身の負い目から、自分の体験を人に話すという  
のはなかなかできないことだと思います。  
今回9月にここで体験発表をしてくれたのも、  
とてつもない勇気をもって、自分の過去を振り  
返って、曝け出して話してくださいましたね。  
ありがとうございました。

精神障害もハンセン病も、そういう意味では同じ  
テーマを持っていると思います。  
心の痛み・不条理・大変さ、  
そういうことを一般の人に聞いてもらうこと、  
それが大事なのだと。

本当に人権を尊重した包容力のある社会を作っ  
ていくためには、人と人のふれあいの場をつくっ  
ていくこと、一人ずつ理解してくれる人を増やし  
ていくことが大切です。そうしていくことで少し  
ずつ差別意識が変わっていく。

〇〇〇月間など、差別解消や社会啓発の機会や  
ニュースなどはあって、意識する機会にはなりま  
すが、あまり人の心には響きませんし残りません。  
やはり一番良いのは、当事者本人から直接話を  
していくことです。  
本人が自分の言葉で伝えることが、いちばん伝  
わりやすく、本当の理解につながります。  
真剣に聞いてくれる人は必ずいます。  
そのような人との直接のコミュニケーションを  
通して、お互いに交流を深めていくこと。  
地味で地道で少しずつの活動ですが、それが一番  
大切に尊いものだと思います。

今回はうちで貴重な体験談をしてくださって、  
ありがとうございました。  
これからもたくさんの人に聞いていただけたら  
いいなと思っています、応援しています。

こちらこそ、お招きくださりありがとうございました。  
頑張っていきます、ありがとうございます！

## 【 詩人 永瀬清子とハンセン病文学の読書室 】

場所: 岡山市北区表町3丁目6-35  
オープン: 12~18時 月曜火曜定休

散歩やお買い物の途中に、無料でゆったりと読書や音楽を楽しめる空間ができました。  
永瀬清子がハンセン病療養所長島愛生園に長く通った話は有名です。一切の偏見なく、入所者の方々と交流を続けました。  
「読書室」には永瀬清子生家保存会からも、永瀬清子の詩集や資料を届け、協議会の関係者の方々からハンセン病元患者の詩人や文学者たちの沢山の本や資料が届いています。  
貸出はしていませんが、ゆったりとしたソファで、じっくり読むことができます。本格的なスピーカーでレコードを楽しむことも。



# メンバーの一日



8:00 家を出る

8:30 フローバー着

9:30 案内調べる  
今日の予定

10:00 ピアサポート派遣の  
打ち合わせ



12:00 お昼休けい

12:30 MOMO WRAP

15:00 MOMO WRAP  
ふりがえり

16:00 タイムカード押す



さとしさん



# ✧ 新メンバー紹介 ✧

ニックネーム：やぶちゃん

趣味or

休みの日にすること：YOUTUBEを観る

クローバーで

やりたいこと：居場所当番、電話当番の活動

一言：仲よくしてやってください

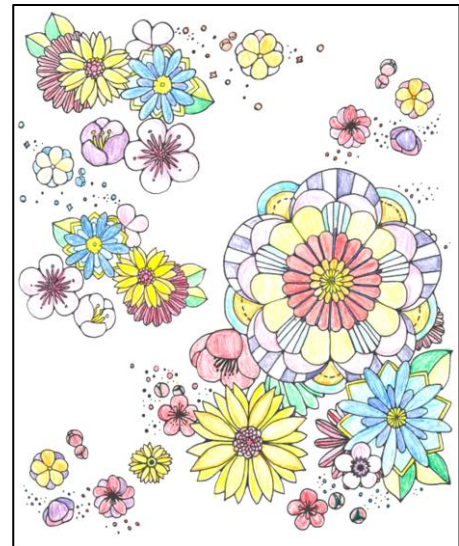
よろしくね♪



## ✧ メンバーの作品紹介 ✧



ひよ



やっちゃん

「つばきポエム

「あなたはこの関係に責任を持たなくていい」

おりつさん

私は思う

あなたはこの関係に責任を持たなくていい

色々してもらったからとか

恩知らずと思われるかもしれないとか

そんなことも気にしなくていい

私は

この場で何度も言い続けてきた

私たちは自由に

この関係を持ったことが 私たちの責任であって  
お互いに思うところが出てくるのは当然で

だがそれ以上を私は求めていない

私はあなたとのこの関係で

大切なものを受け取っている

あなたも

そうであることを祈ってる

おそらく

あなたはこの関係を悩んでいると思うから  
言いたいのです

あなたは自由に

責任を取らなくていい

私にとって

関わったことだけが

本当に恵みだと思っている

# 体験談

今から6年前の2019年4月頃、

当時一人暮らしをしていた私は母親の勧めで岡山県精神科医療センターを受診しました。

そのときの様子は日常会話に英語と日本語を両方使い、周りの人と会話が成り立たない状態でした。そのときは自分は知りませんでしたが、自分は統合失調症で、幻聴により英語と日本語を使うよう指示があり、その指示に従っていました。

自分の生活の全てが幻聴の指示に従ったものになっていました。

私は診察を受けるまでは統合失調症という病名すら知りませんでした。

診察を受け、統合失調症と診断され2019年4月から10月まで入院医療保護入院となりました。最初の1ヶ月くらいは閉鎖病棟で過ごしました。

そのときは気分が高揚していたため、手足を拘束されて注射を打たれたりしたので、そのときは自尊心が傷ついたように思いました。

初めての入院は、どうしてこんな目に遭わないといけないのだろうという思いが強かったように思います。薬に対して良い感情を持っていなかったため、治療して頂いているというよりは治療に付き合っているというような気持ちでした。治療に納得していませんでした。

退院後は訪問看護を受けるという条件で岡山市内に部屋を借りることになりました。

薬と治療に反発心があったため、退院後すぐに断薬し、2019年12月頃には医療や支援を打ち切っていました。

翌年の夏頃には幻聴が再び起きていて幻聴に従って生活を送っていました。

幻聴でコンビニで万引きをするよう指示があり、その指示にそのまま従ってしまいコンビニでサンドイッチを盗みました。

コンビニの店員が通報し警察に拘留されました。

幻聴で黙秘するよう指示があったので、帰ることができず1日留置所で過ごしました。

翌日身元引受人として迎えにきた父親の胸ぐらを掴んだところ警察から措置通報が上がり、再び医療保護入院となりました。

父親の胸ぐらを掴んだのも幻聴の指示で、幻聴に従ってしまいました。

警察から通報が上がった2020年8月21日から11月まで入院しました。

胸ぐらを掴む暴力事件があったため最初の1週間くらいは手足を拘束され点滴を打ちました。

3カ月ほど入院しました。この頃も薬による治療に納得はしていませんでした。

退院後は週5日、東古松サント診療所のデイケアに通所するようになりました。

日中は麻雀をするなどして過ごす中で幻聴は徐々に消えていきました。

2022年の始めから清掃の仕事に週6日行くようになりました。

しかしその年の春頃から注射剤の拒否感が高まり、自分の強い希望で内服治療に切り替えました。

その後徐々に内服を中断するようになりました。

薬を飲みだしてから髪の毛が薄くなり、嫌だったからです。



この頃には幻聴はなくなっていました、このころ新たな問題に直面していました。  
昔大学生の頃、違法薬物を使用した経験があり、今になってその違法薬物を再び使用したかのような再体験が起こり、しっかり休めない、睡眠が浅いなどでストレスが溜まる症状が、以前から統合失調症と同時にあったのです。  
統合失調症の幻聴はなくなりましたが、そのうちストレスにより怒りっぽくなり周囲の人と喧嘩をするなどして問題行動が増えました。  
清掃の仕事をしていましたが、関係者と喧嘩になり退職しました。  
他にもデイケアの友人と喧嘩などし問題行動が増えた結果、2023年4月から11月まで入院となりました。

入院中、違法薬物の再体験が減るように、内服治療をして頂き、ストレスが減って穏やかになりました。以前は出されていなかった睡眠薬がよく効き、日中のストレスは大きく減りました。  
睡眠の質が高まったことがストレス緩和に大きく働いたためだと思います。

この頃には薬と治療が自分にとって必要であると思うようになりました。  
統合失調症も、違法薬物の再体験が強かったことが引き金になったのではないかなと思うようになりました。  
自分が犯した過去の過ちが引き金になったことは今では良い学びの一つになったように思えます。  
違法薬物の使用は、正しいストレスの解消もできないし、人間関係も上手く築けなくなる要因になり得ます。  
退院後、岡山市内のグループホームに入所することになりました。  
東古松サント診療所のデイケアで色々な人に関わるなかで幻聴がなくなり、違法薬物の再体験がなくなったため、色々な人と関わり信頼関係を築くことが自分の治療にとってとても大事だと思うようになりました。

そして2024年に岡山市ピアサポート養成研修を受けました。  
ピアサポーターになることは自分の失敗した経験が誰かの役に立つ点が魅力に思えました。  
養成研修を無事修了し、ピアサポートセンタークローバーに入ることになりました。  
クローバーでの仕事を通して、自分はぴあサロン(ピアサポーターによる心の病を患った方向けの居場所づくりの場)などで司会をするのが向いていることに気付きました。  
場を盛りあげるのが上手いと褒めて頂き、自信がつけました。  
クローバーが休みの日は大好きな麻雀を楽しんでいます。  
また、自分がファッションが好きであることに気づいたのも、クローバーで自信がついてからです。  
かつては違法薬物で気持ちを高めていた自分は、今、おしゃれを楽しむことで自分を上機嫌にするようになりました。  
違法薬物は確実に心身の健康を損ないます。  
社会のルールを守り、自分自身を大切にすることが自分や周りの人間関係にとってどれだけ大事なことを学ばされたように思います。

今後は、ファッションを楽しんで自分らしさを追求し、ピアサポーターとして、生きる楽しみを伝えていける人になりたいと思っています。

さとしさん

## 🌸 休日南所レクリエーション 🌸

クローバーには休日開所日があります。

5月24日、中島ブローラーと足湯に行き、帰りにまた中島ブローラーによりました。

その時の天候は曇り、帰りの中島ブローラーは小雨でした。

始めに中島ブローラーに行ったときは場所がすぐにわかりました。

ついたときにはお客さんがいっぱいでした。私は焼き鳥を2本買いました。

ほかの人はもっとたくさん買っていたようです。焼き鳥は美味しかったです。

それから、足湯に行きましたが、なかなか見つかりませんでした。

狭かったけど、気持ちよかったです。

私はズボンが濡れないようにズボンを上げるのが面倒くさかったけど足湯は良かったです。

私は先に上がり、近くの喫茶店の店員に話を聞き、話の中で「宿泊はいくらですか？」と

質問しました。宿泊は1泊1人8000円(食事抜き)で食事は喫茶店で食べてくださいということでした。

ことでした。

帰りに中島ブローラーによりました。あんまり人はいませんでした、品物の余りがなかったようです。この中島ブローラーはいろいろなところからお客さんが来ていて、評判なお店です。

この日はとても楽しい1日でした。今後も開所日があったら、どこがいいところをみんなで決めたいです！

響 英太郎

## 🍀🍀🍀 クローバー忘年会 🍀🍀🍀

2025年最後の平日、12月26日(金)にクローバーで忘年会を開催しました。

みんなでしゃぶしゃぶ鍋を食べに行く予定でしたが、どこも既に予約がいっぱいで席が取れず…、なんとか予約できた【ゆず庵】というお店でお昼を食べました！

それぞれ食べたいものを注文し、美味しい料理に舌鼓を打ちながら楽しくおしゃべりをして過ごしました。



お昼ごはんが終わったら今度は後半戦(?)！

あすなろの事業所で、ケーキやお菓子、ジュースをいただきました。

順に隣の人に質問をしていったり、隣の人の良いところを言っていったり、日頃の感謝を伝えたりというゲームも行い、みんなで楽しみました。

普段思っではいてもなかなか伝える機会がないことを伝えられる、素敵な一時になりました。

みなさま2026年もどうぞよろしくお願いします♪





# \*\*\* ぴあサロン \*\*\*

ぴあサロンとは、クローバーのメンバーが運営するサロンのことです。地域みなさんとお茶やお菓子を食べながら、ゆっくりお話をしたり、交流したりできる居場所です。心の病を持つ当事者の方、ご家族の方、関心のある方、支援者の方など、どなたでも参加できます。おおむね月1回、操山公民館で開催しています。

- ・地域の方が相談できる場にしたい
- ・地域のなかで、日中話をする場がない方、ひきこもっている方に支援できる会にしたい
- ・クローバーが橋渡し役になって、各関係機関やサービスについて紹介したい
- ・来た方がなんでも気軽に語れる場にしたい
- ・ピアサポーターのやっている活動について伝えたい、知ってもらいたい

という思いから、2023年11月に初回開催して以降、開催を続けています。

2025年の夏以降はお休みしていましたが、12/18(木)に久しぶりに再開しました！



## 【ぴあサロンインタビュー】

インタビュアー: やっちゃん

回答者: えいさん

記録者: さとしさん

やっちゃん 昨日は、ピアサロンで史上初カレー作りと交流会をされたんですね。

どんなことをされたんですか？

えいさん 初の料理交流会をしました。自分の得意分野を活かして分担し、人参、ジャガイモ、玉ねぎ、ウインナーを切りました。最後にカレールウを入れて仕上げました。カレーは色も程よく完成しました。

やっちゃん おいしかったですか？

えいさん おいしいカレーができて、「おいしいおいしい」と言いながら食べました。

やっちゃん えいさんは何をしたんですか？

えいさん にんじん、肉、ウインナーを切りました

やっちゃん ゲームをされたそうですが何をされたんですか？

えいさん サイコロトークです。

やっちゃん 何が一番おもしろい話でしたか？

えいさん 価値観の話をみんなでいろいろ考えて話し合いました。

私はみんなの意見を聞いて知恵を身につけた感じがしました。

やっちゃん ちなみに何人参加されたんですか？

えいさん 参加者は4人でした。

やっちゃん もっとたくさんの人に来てもらいたいですね。

えいさん そうですね。たくさんの人に来てもらいたいです。信頼関係が大事ですね。

やっちゃん えいさんにとってぴあサロンはどんなところですか？

えいさん こころの居場所です。

やっちゃん では最後に読者の方にえいさんから一言お願いします。

えいさん クローバーだよりを読んでくださりありがとうございます。ぴあサロンでは心をつなぐという想いがあります。ありがとうございました。

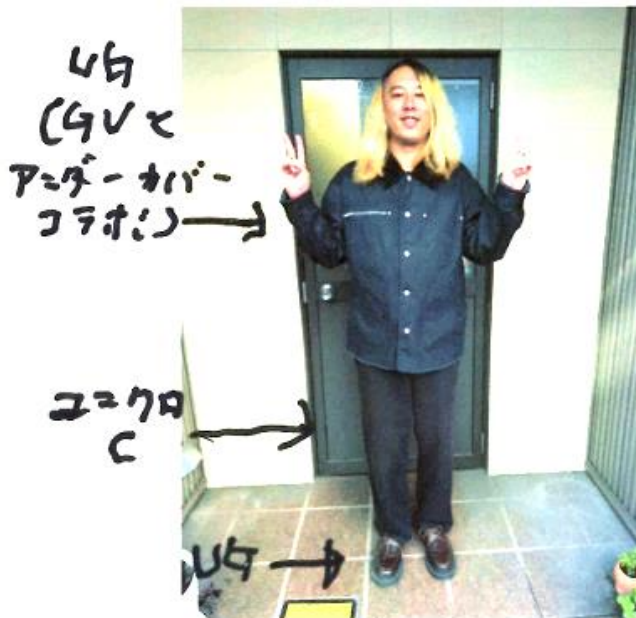


## 【さとしさんから一言】

他の参加者の話を聞くことで新しい発見、出会いがあると思います。はじめての方も大歓迎です。お待ちしております。

# ✨ワシコーナー集✨

## さとしさんのファッションコーナー



スワロフスキーコレクション



## よみちゃんのメイク講座

基本メイクは自分にあったメイクをして、人それぞれ色のこのみは違うので自分のあう発色をえらんでメイクをして下さい。又、季節の思いがある色や服装にもあわせてアイメイクをしても良いと思います。口紅はプリプリ感を出すのにグロスをかさねてぬってもOKです。又、色をワンパターンにならない様に色々ためしても楽しい気分になると思います。

又、分からない事があれば、メイク講座で予約してもらえればいつでも相談におうじますよ♡

気分がポジティブになる様に楽しいメイクしてみてください。

inよみでした

## スタッフワンコーナー

7月からクローバーに入職しました佐藤です。これからよろしくお願いいたします！趣味はおいしいものを食べることです。今回は私の好きなパン屋さんを3つ紹介します！

### ①おかやま工房リエゾン

焼きたてのパンが店内にたくさん並んでいて行くだけで幸せになれます！

### ②リトル・アントニオ・ベーカリー

私のおススメは卵サンドで、卵が甘いのが推しポイントです！

### ③bonbonbread

パンがおっきくってとっても食べ応えがあります！あと、ハード系のパンがたくさんあるのでハード系好きにはおススメです！

🍷 皆さんもおいしいパン屋さんがあれば教えてください🍷



## いっさんの旅ぶらり

神戸へ行った自分の思い出をぶらっと書きます。

岡山駅から新神戸駅へはのぞみで約30～40分で5000円位です。

自分は一日4.5時間しか歩けず物価高騰の今泊りを選ばずにのぞみを選択しました。

6時に起きて髭剃りなどをしたあとすぐ出てバスに乗りました。

だから新神戸駅には7時から8時の間に着きました。

ただ新神戸駅は山陽本線の駅ではありませんので注意してください。

また、のぞみも姫路に止まるかどうかまちまちなので注意してください。

さて、新神戸駅へ着いた自分は布引の滝へまっすぐ行きました。

徒歩15分で着きました。自然に癒されました。

その後、明治大正時代に建てられた異人館の町北野を歩きました。

ちなみに知っておきたいのは、ラインの館・北野町広場・北野天満神社は無料なのでおすすめです。

自分はそれに加え、萌黄の館・英国館・洋館長屋・ベン之家に寄りました。

得なのは、セット券リストというまとめてチケットを買うのがあるのでおすすめです。

ちなみに全館回ったら4.5時間かかります。それに注意してください。

さて、昼ご飯。

神戸牛とか恐ろしいのでスターバックスコーヒー北野異人館店で食べました。貧乏性です。

その後10分ほど歩き、地下鉄三ノ宮駅から県庁駅まで乗りました。

そして気になっていた相楽園へ行きました。相楽園というのは凄くいいところでした。

隣に休まっていたおばさん達はここが良かったとか旅の話に盛り上がりました。それぐらい良いところでした。

その後どこかへ行こうと思った時、足が限界になりました。そこで散策をやめ、帰りがてら四宮神社へ行きました。

分かったことは、四宮神社は県庁職員の格好の喫煙所になっていました。

そこで自分もタバコを吸い、最寄りの元町駅から神戸に別れを告げました。

神戸は他にも、日本三大中華街のひとつ南京町で中華を食べたり、個性的な建物と海の美しいコントラストのベイエリア(海の神戸)です。

他にも、神戸の中心繁華街三宮・神戸開港時外国人が住む居留地だった旧居留地レトロ建築巡り・昭和の雰囲気を残す元町などなど。

そして、生田神社や東遊園地・湊川神社など、見所が色々あります。

次はどこへ行こう。

旅は続く。



## えいさんの哲学コーナー

### 『環境説の中の時間説』

時間はみんなそれぞれ平等。だけどそれをいかにしてどう使うかということが自分のためになったり、人のためになったりする。

私は図書館に行き、時間を有効に使っています。図書館の中で知らない人との出会いがあり、話をし、信頼関係づくりができるのではないかと思います。自分の読んでいる本の話や出会った人の読んでいる本の話の聞いたりして心のふれあいがあるのではないかな～と思います。

図書館サークルなどに行って、みんなと和気あいあい喫茶店でコーヒーを飲みながらゆっくりした時間を過ごし、感想を話し合ったりする時間もいいのかな～です！

時間の中での出会い。新人職員のさっちゃんに出会った。これも喜びの一つです。

私は若い女性と話をするのが大好きです。若い人の気持ちと私の気持ちは違う。だから若い人の気持ちを学ぶことが出来るのではないのでしょうか？若い女性の気持ちから学び、頭の肥やしにしています。それはいいことだと思います。また女性は右脳を使い感情で判断し、男性は左脳を使い思考を高めるのではないかなと思います。

英太郎は右脳も左脳も使い、交互に思いを託し成長してきたのだと？

響 英太郎

## たっちゃんのコーナー



たっちゃんです。

僕の強みである、PC Excel スペシャリストの資格です。  
これを活かしてクローバーでは、事務作業をしています。

たっちゃん

## クローバー2025年 年表

1月27日	びあサロン
1月31日	MOMO WRAP
2月11日	休日開所
2月20日	びあサロンinあすなろそう
2月24日	休日開所
2月28日	MOMO WRAP
3月20日	休日開所





3月21日	ぴあサロン
3月28日	MOMO WRAP
4月18日	ぱるクロBBQ
4月25日	MOMO WRAP
4月28日	ぴあサロン
5月12日	そよかぜサロン交流会
5月22日	ぴあサロン
5月23日	MOMO WRAP
5月24日	休日開所 中島ブローラー&足湯
5月31日	休日開所
6月14日	休日開所
6月26日	岡山県ピアサポーター養成研修 講師派遣
6月27日	MOMO WRAP
7月19日	土曜夜市 出店
7月24日	ぴあサロン
7月25日	MOMO WRAP
8月11日	猫の祭展 天神山文化プラザ
～	
8月17日	
8月23日	休日開所 うらじゃ
8月27日	猫の祭展inクローバー
～	
8月29日	
9月23日	休日開所
9月24日	岡山県ピサポート研修 講師派遣
9月26日	ぶどう狩り
9月28日	【詩人 永瀬清子とハンセン病文学の読書室】での体験発表
10月24日	MOMO WRAP
10月31日	ソフトボール大会
11月3日	休日開所 笠岡ベイファーム
11月8日	休日開所 香川
11月15日	休日開所 岡山県立美術館、操山公民館祭
11月24日	休日開所 半田山植物園
11月28日	山登り
12月5日	MOMO WRAP
12月6日	休日開所 アウトレット倉敷
12月18日	ぴあサロン
12月26日	クローバー忘年会

猫の祭展企画開始



## 相談電話

傾聴と共感の姿勢を大切に、  
丁寧な対応を心掛けています。  
連絡お待ちしております。  
お気軽にお掛けください♪

☎ 070-5305-5975

月・水・金

10:00~11:45

13:00~14:45

## 居場所づくり

地域活動支援センターⅠ型、  
「ぱる・おかやま」のサロンを  
スタッフと一緒に運営しています。  
メンバーさんが安心して、  
ほっとできるような居場所作りを  
行っています。  
一緒に楽しい時間を過ごせるよう  
に努めています。



書籍班の参加メンバーで編集を相談しながら  
このクローバー便りを作っています！



クローバーの看板ができました！  
玄関前に飾っていますので、  
良かったら見に来てください♪



←感想フォームに  
ご感想をお願いします♪

SNS等でも活動の様子を  
配信しています。  
チェックしてみてね♪



ホームページ



ブログ



インスタグラム



TikTok



## 【お問い合わせ】

〒700-0822 岡山市北区表町3-7-27  
社会福祉法人あすなろ福祉会  
多機能型事業所あすなろ  
就労継続支援B型 ピアセンタークローバー

TEL:086-201-1720

Mail:[clover.asunaro@gmail.com](mailto:clover.asunaro@gmail.com)

HP:<https://asunarofuku.jp/clover>

開所日:月曜日~金曜日(土・日・祝 休み)

