

パンドラ通信

VOL.103

発行:2024年11月6日

編集:認定NPO法人パンドラの会



第25回 パンドラの会 定時総会

<第103号内容> 2024年11月6日発行

理事長からのメッセージ	1
お知らせ	2
4つのセクションの活動報告	
・ 就労継続支援B型 おかし工房パンドラ	4
・ 就労継続支援B型 三菜果農園	6
・ 就労移行支援『S&Jパンドラ』	7
・ 就労移行支援 ピボットパンドラ	8
ご寄付いただいた企業様・個人の皆様のご紹介	9
賛助会員募集のご案内	10

発行:認定NPO法人パンドラの会 事務局

〒448-0011 刈谷市築地町1丁目5番地4

TEL:0566-25-3012 FAX:0566-23-4373

URL:<http://npo-pandora.com> E-Mail:info@npo-pandora.com

多機能型 就労継続支援 B型「おかし工房パンドラ」

〒448-0011 刈谷市築地町1丁目5番地4

TEL:0566-25-3012 FAX:0566-23-4373

URL:<http://npo-pandora.com>

E-Mail:info@npo-pandora.com

多機能型 就労移行支援事業所「S&Jパンドラ」

〒448-0003 刈谷市一ツ木町1丁目1番地13

TEL:0566-91-5416 FAX:0566-91-5418

E-Mail:sjpandora@nifty.com

単独型 就労移行支援事業所「ピボットパンドラ」

〒448-0831 刈谷市熊野町2丁目3番地9

TEL&FAX:0566-23-0177

E-Mail:pbpandora@nifty.com

10年先を考えてワクワクできる人になろう！

「10年一昔」と言いますが、私自身パンドラの会に来て10年。振り返ればかなり遠い昔のように思われます。一方で年齢を重ねる程、時間の経過が早く感じられるのは私だけでしょうか？ ジャネーの法則では「人生のある時期に感じる時間の長さは、年齢の逆数に比例する」とあります。それに従えば60歳の方は、1歳の子より60倍時間の流れを速く感じ、その人の1年は1歳の子の6日程度となります。あと2ヶ月で新年だなんて、信じられない、信じたくない！！ そんな気持ちも頷けます(笑)「ああ、今年も自分で立てた目標を十分達成できなかった…」それを自分の意志の弱さ、努力不足と嘆くことなく、今日からでもその目標を実行したいと願う貴方へ。私自身が参考にしている話をご紹介します。

1、「新しいことをやってみる」

人間の生活の約8割が「無意識の習慣」で成り立っていると言います。効率的で便利な反面、慣れていることばかりだと、マンネリに思えたり、知らぬ間に時間が過ぎてしまいます。子どもの頃は、毎日が新しい体験・発見の連続です。そんな新しい体験は、脳の刺激となりドーパミンの分泌を促し、「問題解決への意欲」をも高めます。1年があつという間に感じたくない方は、趣味や仕事でも今までやったことのない新しい何かにチャレンジしてみることを、おすすめします。

2、「頑張りすぎない勇気」を持とう

せっかく始めた新しいこと、3日坊主に終わらず継続するにはポイントがあります。まずは「最初から頑張りすぎないこと」。行動科学の「3の法則」では、“3日間続けば継続力がついてくる→3週間続けば習慣になってくる→3か月間続けば結果が出てくる”と言われています。まずは「3週間は何とか続けられそうな」内容・レベルの目標を立ててみましょう。また「いきなり目標達成を目指すのではなく、途中で“小さなゴール”を設ける」ことも効果的です。大きなゴールだけだと失敗する可能性が高いのに比べ、小さなゴールは達成しやすく自信も生まれる等のメリットがあります。プラス、頑張った自分への“ちょっとしたご褒美”を用意してあげることで継続力はさらに大きくアップします。

3、ワクワクして未来を思い描こう

脳科学者の中野信子さんの本を読んでいたら、記憶を司る脳の部位の海馬は、「未来にやるべきこと」「将来行う行動」についての「展望的記憶」もコントロールしているという文章に出会いました。この「展望的記憶」の能力によって、人は未来に対するビジョンを持ち希望を持ってはつらつと人生を歩んでいけるのだそうです。逆にその能力が低い場合、ビジョンに乏しく目標達成の努力も苦手で、何に対しても意欲が持たなくなってしまうと言います。ではどうすればその能力を強化できるのでしょうか？ 最近の研究で「人間が未来を生き生きと思い描く時に、海馬の活動が活発になる」ということが分かったそうです。つまり、10年後の自分や家族、仕事のイメージを思い描いたりすることで、脳が「希望」であふれてくる！ のです。脳の仕組みって本当に不思議です。想像するだけでワクワクしてしまいます。

もうあと2ヶ月？ 否！ まだ2ヶ月あります。今日から良い習慣づくりに取り組んでみませんか！

理事長 坂口伊久磨

お知らせ

第25回 認定特定非営利活動法人パンドラの会 定時総会を開催しました。

令和6年8月24日(土) 10時より刈谷市産業振興センターにて、令和6年度(第25回)定時総会を開催いたしました。多数の正会員・賛助会員の出席ありがとうございました。決算報告・事業報告・次年度の予算・事業計画の承認を受け無事総会は終了しました。

今年度は監事・理事の改正の年で、任期満了の監事 藤井清司様・岡部崇生様に代わって監事 戸野憲一様が就任しました。また理事では、中島義則様・榊原幸代様が任期満了で、宮田良子様が就任されました。新役員を迎え、新たにパンドラの会を運営してゆく所存です。

今後とも皆さま方のご支援・ご協力のほどよろしくお願いいたします。



パンドラの会がタイ教員日本研修の研修先として選ばれました！

10月15日(水)にロプリー特別支援学校の元校長 Mr Sujin Sawangsri(スジン・サワシリ)先生が主になり、ロプリー聾学校・ナン特別支援学校・ナワンサワン特別支援学校の先生方9人・NPO 法人アジア車いす交流センター(WAFCA)の事務局長 卯野尚志様、ワフカスタッフ2名、アジア子ども美術協会から安城特別支援学校元校長 藤原孝太郎先生、理事 伊藤雅行様の総勢 15名がパンドラの会の活動を研修されました。

パンドラの事業所を見学視察され、前回、視察の時は開設していなかった三菜果農園・ピポットパンドラを重点的に見ていただきました。研修された先生方は大変感動され、障がい者雇用への関心が強くなったそうです。



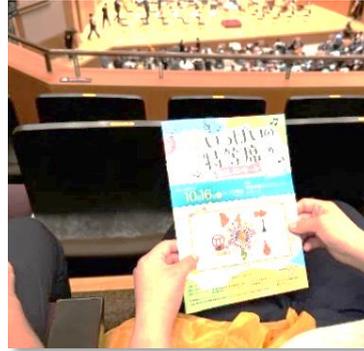


名フィルコンサートで美しい音楽を鑑賞しました ♪



10月16日(水)に刈谷市総合文化センター大ホールにおいて、パンドラの利用者と職員が名古屋フィルハーモニー交響楽団の演奏を鑑賞いたしました。

曲目は、歌劇「カルメン」組曲から『闘牛士』、モーツァルトのセレナ第13番『アイネ・クライネ・ナハトムジーク』、バレエ「眠れる森の美女」組曲より『ワルツ』などでした。また途中で、ラジオ体操第一を名フィルの演奏に合わせて体を動かしました。年に1回の名フィルコンサートは、心も身体もリフレッシュさせてくれます。来年も楽しみにしています！



福祉・健康フェスティバル 2024 にてダンスを披露しました！！

10月20日(日)刈谷市総合文化センターにおいて第41回の「福祉・健康フェスティバル」が開催されました。今年のコンセプトは、「にぎわいあふれる福祉のまつり」で大ホールでは青春応援団「我無沙羅」のダンスが会場を沸かせ、野外ステージではS&Jパンドラとおかし工房の利用者さんが Ado の「唱」に合わせてキレイのダンスを披露し、多くの皆様に温かい拍手をいただきました。特に女性には、花香寿桜の会の服部様から素晴らしい衣装を作っていただきました。ありがとうございました。来年はどんなダンスを披露できるでしょうか！？

また、みなくる広場では「おかし工房パンドラ」のお菓子をたくさんのお客様がお買い求めいただきました。

売り上げ:156,700円でした。ありがとうございました。



トヨタ車体株式会社様のプロギングにて出店・SDGs教育を行いました！

10月20日(日)に刈谷ふれ愛パークにおいて、トヨタ車体株式会社様のプロギングが開催されました。プロギングとはジョギングをしながらごみ拾いをするという新しいフィットネスです。当日は、「おかし工房パンドラ」

のお菓子の販売と事務局長の瀧川がプロギングに参加した親子に「SDGsに向けたおかし工房パンドラの取り組み」と題してSDGs教育を行いました。皆さん、真剣に聞いていただき、とても充実した時間を送ることができました。



<4つのセクションの活動報告>

就労移行支援 B 型事業 おかし工房パンドラ

かりがねまつり&わんさか祭りに初出店！

かりがねまつりが7月 25 日開催されました！パンドラの新商品としてシューアイスも販売！！暑い日にぴったりでたくさんの方に購入いただきました。また今回は8月16日、17日に刈谷市わんさか祭りに初出店し、パンドラの焼き菓子や三菜果トマト、ジュースにかき氷を販売しました！

かりがねまつり売り上げ：211,500 円 わんさか祭り売り上げ：263,100 円



第二弾！名古屋栄三越にておかしを販売しました！！



8月7日～13日までの7日間、名古屋栄三越地下1階の「菓遊庵」にてパンドラの焼き菓子を販売させていただきました。全国各地の銘菓と共にパンドラのオリジナルのおかしの詰め合わせや、保護猫活動されている画家の武藤茉莉かさんとのコラボ商品の猫のクッキーアートボックスも販売させていただきました。たくさんのお客様にパンドラの会を知っていただけたと思います。

売り上げ：341,100 円



トヨタ車体株式会社 生技管理部様 第7回秋の喫食会を開催しました！



恒例イベントとなってきました、トヨタ車体様様のスイーツ販売を10月10日に開催させていただきました！今回は秋の味覚のスイーツということで、マロンのショートケーキ、洋梨のムース、おぼけかぼちゃプリン、シュークリームなどのスイーツとたくさんの焼き菓子を購入していただきました。見た目もかわいくハロウィンをイメージしています。販売にご協力いただきましたトヨタ車体様の社員の皆様ありがとうございました。また、次回が楽しみです！！

売り上げ：328,610 円



職場体験

10月22日～25日の4日間、愛知県立安城特別支援学校 高等部2年生の実習生を受け入れました。初めての職場体験ということで緊張した様子でしたが、指示された仕事を最後まで頑張っていました。彼の頑張る姿をみて、職員・作業員一同は良い刺激をいただきました。

みんなでカレーパーティー♪

9月30日に足の手術をされて入院されていた作業員の快気祝いとして、みんなで力を合わせて、カレーライスを作りました！買い出しから、野菜を洗ったり、皮をむいたり、炒め



たりと各々ができることを頑張り、退院してきた方を祝いました。長いお休みをしていた作業員はとても嬉しそうで、皆で作ったカレーライスを味わいながら、また皆と働ける喜びをかみしめてくれたと思います

イベント参加報告

今回もたくさんのお客様にお招きいただきありがとうございます。
新しく出店させていただく場所もあり、より一層おいしいお菓子を
提供したいと思います。

9月14日 朝日小学校様バザー

9月18日 ただいま!ルシェ 初出店

9月22日 TABフェス

10月10日 トヨタ車体様スイーツ販売

10月19日 雁が音中学校様バザー

10月20日 福祉・健康フェスティバル2024

トヨタ車体株式会社様主催のイベント(プロギング)

10月27日 多文化交流フェスタ2024

ぶすねこマルシェ(岡崎)初出店



クリスマス 2024 予約スタートします♪

おかし工房の一大イベントのクリスマスケーキが
いよいよ予約スタートします♪今年もとってもかわい
らしいケーキを準備中です。

ぜひみなさんでパンドラの愛情がこもった手作り
ケーキをお楽しみください♪ご注文も承り中です。
ぜひご覧ください。



ご注文はこちら



チョコプレミアム

ご予約期間:11月14日(月)~12月9日(月)

受取り日時:12月21日(土)~12月25日(水) 10:00~17:00



いちご生クリーム



マロンノエル



レアチーズタルト

たくさんのご注文をいただきました。誠にありがとうございます!

愛知県労働者福祉協議会西三河支部様

株式会社ジェイテクトコーティング様

公益財団法人豊秋奨学会様

TABMEC 株式会社様

トヨタグループ様

株式会社アイコー様

株式会社電広様

株式会社エイエイピー様

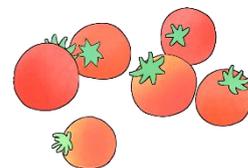
株式会社こもれば様

就労継続支援B型事業 三菜果農園

～ 夏の暑さに耐えながら作業を行いました ～

今年の夏は、ハウス内の気温が40度前後もありましたが、利用者の皆さんには水分補給と適度な休憩をはさみながら無事に作業をすることができました。

また、皆さんに品質の良いミニトマトをお届けするために、長期休みはなくお盆も出勤してトマトの手入れを行いました。たくさん愛情を込めて育てたトマトは、暑さに負けずおいしいものになりました。



～ 夏限定の「甘っこ」を栽培しました ～

やや高め温度で栽培できる品種の栽培をしました。夏の暑さにも耐えて、たくさんの実をつけてくれたので、今年の夏も安定して出荷することができました。通年栽培している「ラブリーさくら」と比べるとさっぱりとして夏にぴったりの味です。

～ 実習生の受け入れを行いました ～

安城特別支援学校生の実習生1名の受け入れを行いました。

さまざまな作業に挑戦していただき、どの作業も手順に沿って行うことができました。また、すべての作業に一生懸命に取り組む姿を見て他の利用者の方にも良い刺激になったかと思います。実習お疲れ様でした。



～ バザー・イベントでトマトを販売しました ～



雁が音中学校のバザー、岡崎市で開催された「ぶすねこマルシェ」にてお菓子と三菜果トマトを販売いたしました。

トマトを購入していただいた方の中には「農福連携」に興味のある方も多くみられました。今後も、イベントで「三菜果トマト」を販売していき、三菜果農園のことをより多くの方に知っていただきたいと思っています。イベントなどで「三菜果トマト」を見かけられた際には、ぜひ一度ご購入ください



就労移行支援 & 就労定着支援 『S&Jパンドラ』

～ 就職に向けた企業実習を行いました！ ～



保育施設 A 社様

◆概要:保育施設 ◆従事作業: 園内の清掃、保育室の清掃、園庭の草取り

S様は企業見学で仕事内容を確認後、10日間の実習をさせていただくことになりました。初めての企業実習ということもあり、最初は緊張した様子でしたが、ご担当者の方からは真面目にコツコツと取り組む姿勢を高く評価していただき、求人に応募しました。

S様は S&J パンドラで行っている軽作業でも丁寧にコツコツと取り組んでいます。内気な性格で作業に困ったとき質問することを躊躇してしまうことが課題でした。S&J のプログラムを通して、上司や先輩とのかかわり方やどのような場面で質問をするかということ学びました。

自動車部品製造 B 社様

◆概要:自動車部品(バネ類)製造 ◆従事作業: 板バネ梱包作業

I様は企業見学、作業体験を経て、ご家族の方も企業見学を行い実習へと進むこととなりました。作業体験を行った際には効率良く作業できるように工夫する様子も見られ、企業の方も感心されていました。I様は手先が器用で、S&J パンドラのプログラムの軽作業では、繊細な作業にも真剣に取り組みこなすことができます。コミュニケーション面では少し課題はありますが、就職まで精一杯支援を行っていきます。



～ メイク講座を行っています☆彡 ～



社会人になると人と接する機会も多くなり、一定の身だしなみが求められます。メイクも身だしなみの一つに入ります。S&J パンドラでは就職に向けての準備の一つとして月に1度、メイク講座を行っています。

普段メイクをしていない方は戸惑いながらも、皆さん楽しく取り組んでいます。メイク後にはお菓子を囲み会話を楽しみました。

～ S&J パンドラの“看板”をリニューアルし、新たに“のぼり”を作りました♪ ～

イベントに参加することも多い S&J パンドラでは、より多くの方に名前を知っていただきたく、のぼりを作ることになりました！イベントに来ている方に名前と何をしている施設なのか知っていただくことが第一歩…！180cmほどもある大きなのぼり、イベントでの活躍はもちろん、S&J の敷地内にも設置しました。

また 2002年に設置されて以来、雨にも風にも耐えてきた看板…ついに新しいものに変える時がやってきました。看板が新しくなった事により、施設全体の雰囲気も明るくなりました！！ガラスにも新しく看板シートを設置して、地域の方や通勤・通学中の方にも知っていただけるきっかけになればと思います。



就労移行支援事業所 ピボットパンドラ

～話し場 ころの居場所 講師“佐藤元紀様”～

ピボットパンドラでは月に 2 回ピアカウンセラーを進行役に安心安全に話せるルールの下、毎回参加者から出された悩みや他人に聞いてみたい等のテーマについて話します。9 月より講師の方が変わり、自立生活のためのサポート・相談対応を精力的に活動する 自立生活センターアクセル 代表 佐藤様は「安心できる環境の中で、参加者一人一人が感じていることや自身の考えを話すことで 自己信頼へと繋げるサポートをします」とお話をされており、皆様も安心して自分の考えや気持ちを言葉にすることができ、

いつも賑やかな雰囲気プログラムを受けております。気になる方は是非お問い合わせください！



～バイタルチェック カウンセラー 藤原様～

月に 2 回、元大手自動車メーカーカウンセラー藤原 直子様が見られ、心身の状態、その他お悩みなどセルフケアマネジメントシートを用いてカウンセリングを行います。藤原様はただ受け身で聴くわけではなく、受容的に相談者を受け止めてくれる方です。特に辛い体験は話しにくいものですが、自分の事をしっかりと分かってくれている方が一人でもいると心の安定感はグンと高まり、感情の起伏を整えてくれます。また状況や気持ちの整理ができ、自分の癖や特徴に気づくことができます。

～アロマセラピー 中島先生～

毎月第 2 金曜日「カラーセラピー」を行っています。カラーセラピーとは「色が持つ色彩効果が人間に与える影響を利用して行われる心理療法」のことを言い、楽しみながら色に興味を持つことで、見えてくる自分らしさを発見することができます。

今回は特別に「アロマセラピー」を行いました。アロマセラピーでは、こころ・身体・脳に働きかけるリラクゼーションでストレスを解消する効果があり、一人一人のオリジナルアロマを作りました。ラベンダーやローズマリーなど様々な香りがある中で自分の好きなアロマを選び、その香りを組み合わせてオリジナルアロマオイルを作りました。皆さんとても楽しそうで「気分が沈んだ時に明るくすること、気持ちを安心させたいときに使いたい」とお話をされていました！



～余暇企画 「名古屋港水族館」～



毎週火曜日の作業体験プログラムで、実際の企業様の仕事を体験し、いただいた工賃で 2 ヶ月に 1 回、余暇企画をします。今回は 8 月 26 日に名古屋港水族館に行きました。前回も一度行きましたが、新しく入所されたご利用者の方も増え、シャチショーやマイワシトルネードなどイベントを見た後、みんなで中華料理を食べました。はじめましての方でも余暇企画で楽しく交流する事ができ、思い出がたくさん作れました！



ありがとうございます

法人・個人賛助会員・運営会員の皆様、ありがとうございます。

- ◆浅井春夫様 ◆浦野浩子様 ◆神谷雅宏様 ◆久保田好明様 ◆酒井道子様
- ◆鈴木宜代子様 ◆武市雅也様 ◆野村裕子様 ◆平田佐奈恵様 ◆矢田部寿子様
- ◆山口一行様 ◆横山弘美様 ◆芥川浩次様 ◆蟹江由幸様 ◆野畑千栄様
- ◆野村裕子様 ◆面高俊文様 ◆藤井清司様 ◆瀧川賢司様 ◆宮田雅礼様
- ◆長坂富夫様 ◆杉本和彦様 ◆岡部崇生様 ◆岡部扶美子様 ◆水谷鋼男様
- ◆株式会社小垣江鉄工所様 ◆認定 NPO 法人愛知ネット様

ろうきん NPO 寄付システムご利用会員の皆様、ありがとうございます。

- ◆浅井貴仁様 ◆安部周一様 ◆石田真也様 ◆伊藤真由美様 ◆伊藤理佳子様
- ◆上田貴和子様 ◆岡村悠衣様 ◆春日井彩様 ◆加藤武子様 ◆兼堀真世様
- ◆菊川直矢様 ◆喜田美香様 ◆北村典子様 ◆金原実希様 ◆熊井基之様
- ◆熊澤智子様 ◆佐々木一友様 ◆沢田英之様 ◆関山哲平様 ◆高橋清通様
- ◆竹内美和子様 ◆田中 愛様 ◆玉田孝司様 ◆築山津江美様 ◆梶本美智子様
- ◆野口真哉様 ◆野村朋子様 ◆橋本和佳様 ◆林 祐介様 ◆樋口敏弘様
- ◆平松賢人様 ◆藤井昌弘様 ◆水野泉美様 ◆水野祐樹様 ◆村田 哲様
- ◆屋敷英樹様 ◆安井勝義様 ◆山口智子様 ◆山田直子様 ◆山本健太様
- ◆吉川文子様

ご寄付いただいた皆様、ありがとうございます。

- ◆河原朗治様 ◆Be With 様 ◆迫 並花様 ◆谷口奈保子様 ◆吉兼智子様
- ◆望月光三様

賛助会員募集のご案内

「パンドラの会」は会員である皆様からのご協力により法人活動を維持・発展させています。これからも私たちの理念である「障がい者がより生きやすい社会の実現」の為に、皆様のお力添えが必要です。

会員の方には活動状況等を載せた年間4回発行の会報をお送り致します。
ぜひ会員となってお力をお貸してください。

<年会費のご案内> 一般会員:1口 2,000 円以上 法人・企業会員:1口 10,000 円以上

<振込先>

【郵便局】 郵便局 00810-7-120120

口座名「NPO 法人パンドラの会 おかし工房パンドラ」

【銀行】 三菱UFJ銀行 東刈谷出張所 口座番号 1053427

口座名「特定非営利活動法人パンドラの会 理事 坂口伊久磨」

【労働金庫】 東海労働金庫 刈谷支店 口座番号 7942639

口座名「特定非営利活動法人パンドラの会 理事 坂口伊久磨」

平成 24 年 9 月に認定 NPO 法人に認定されているため、寄付控除が受けられます。

個人が認定 NPO 法人に寄付をすると税金が還付され、安くなります。

尚、この制度を利用する場合には、**確定申告が必要です！**

領収書につきましては、確認後発行させていただきます。

確定申告前に年間総額をまとめて寄附金受領証明書(領収書)を同封させて

いただく方もございます。(令和 7 年 1 月末発行予定)

再発行はいたしかねますので、大切に保管して下さい。

法人・個人賛助会員・運営会員の皆様、いつもありがとうございます。