



鴉の声

この季節は一年を通じて寒い日が続きますが、大寒当たりからは特に寒さが身にしみる日々を体感しています。そういう中でも辺りを見渡せば小さな春を見つけることが出来ます。早咲きの梅や、菜の花も咲き始め、風の匂いにもふと春を感じるようになりました。これから、三寒四温を繰り返し、躍動感あふれる春本番を迎えることとなります。寒風の中、愛犬の散歩をしている身には、とても待ち遠しい季節です。

さて、当法人では、一月中旬（まさに大寒の週）の夜間に、職員を対象とした職員研修を実施しました。24時間稼働している施設もあるので、各拠点事業所の職員を旨く振り分け、3日間に分けて行うとともに、講師は、宮下代表理事にお願いし、一日の参加者を3班にわけてグループワーク形式で行いました。

た。

研修内容は、お互いの価値観の理解とコミュニケーション力の向上と合意形成を目的としたワークショップで、私にとっても興味深い内容でした。

まず、演題は、あなたが日常生活の中で、一番価値があるもの（最も大切にしていること）を職員個人とグループで順位づけるというものです。項目は「健康」「夢」「知識」「お金」「自己実現」「愛情」「楽しさ」の7項目。決められた時間の中で、個人の価値観とグループでの順位づけを行います。また、順位づけの際のルールとして、「①司会者・議長は決めない、②多数決ではなく全員の合意によって順位を決める、③決めるのは意味がないというのは認めない」というもので、個人の順位づけはすぐに決められると思いましたが、グループではなかなか決められません。3日間で9班編成となり、時間内で決められた班もあれば、順位づけは、7項目全部でなくても良いということであったので、3番・4番までの班もあつたりとまちまちでした。

このことを通じて、改めて価値観の違いやその合意形成の難しさ、そして改めてチームワークの大事さを感じさせるものとなりました。

この研修を側で見ていた私は、研修本来の目的とは別に、その班の特性の様なものが見られ、とっても楽しい研修でありました。個人の発表もあつたので価値観の多様性についても様々なのだというのを再認識させて頂きました。

この研修を通じて、驚いたのは、当法人の若い世代が、「夢」や「楽しさ」等が高順位かと思いきや、「健康」が一番に選んだことでした。

自分の今の生活習慣を見直さねばと逆に感じさせられる機会となりました。

ときがね な ひととき

※法人内の事業所の日々の様子をお知らせします。

鴛嶺の家（高齢者・障害者）

皆さんこんにちは。

早速ですが、「逃げるは恥だが役に立つ」というドラマをご存知ですか？そのドラマのエンディングで主演の星野源さんと新垣結衣さんが「恋ダンス」というダンスを踊るのですが、手足の動きが難しく、なかなかインパクトのあるダンスです。そんな恋ダンスが鴛嶺の家でもプチ流行中。というわけでご利用

者の方と一緒に踊ってみました。普段は物静かで落ち着いているSさんに「恋ダンスと一緒に練習しましょう！」とお声掛けしたところ、笑顔で一緒にダンスをして下さいました。音楽に合わせ見よう見まねに一生懸命取り組んでいる姿に、他のご利用者の方も笑みをこぼして応援して下さいました。身体を動かすことで、普段は見られない一面を見ることが出来たような気がします。

働くことが大好きなYさんは鴛嶺に來家されると洗濯物たため、食器拭きを積極的に手伝って下さいます。スタッフが食器拭きをしようとすると、「食器拭くの？私もやる〜っ」と言っして下さいます。そんなYさんにスタッフはいつも助けられています。また、お風呂も大好きで、鴛嶺の家では必ず一番風呂です。これからもお手伝い、よろしくお願いしますね！

鴛嶺の家（児童）

年が明け、早いもので1ヶ月が経ちました。あっという間に新年度になってしまいますね。今回は、行事の出来事についてお話ししたいと思います。

12月にクリスマス会を行いました。折り紙でサンタさんを作り、子ども達と一緒に部屋の飾り付けをしました。当日はケーキに好きなトッピングをし、オリジナルケーキも作りました。クリームを口に付けながらケーキを頬張る子ども達の無邪気な笑顔にこちらもつられて笑ってしまいました。スタッフ手作りのペープサートを見て、物語に合わせ歌も歌い、サンタさんが現れプレゼントを貰うと大喜びの子ども達でした。

季節を感じるこの出来る行事は子ども達にとって大切なことだと改めて感じました。

2月には節分があります。「魔を滅する」という言葉からその

年が無病息災で過ごせるようにと豆をまくようになったそうです。子ども達のどんな表情が見られるのかとても楽しみです。暦の上では春になりましたが、まだまだ寒さが続くと思いますが、まだまだ寒さが続くとお思いますので、お身体に気を付けてお過ごしください。



ぼけっと

新しい年が明け、早1ヶ月が経ちました。お正月は子ども達と初詣へ。スタツフや他のお友達達の参拝姿を見て、手をパンパンと叩く子やしばらく手を合わせている子、カランカランと鐘を鳴らす子、みんな何を願ったのかな？みんなの願いが叶いますように。また、海や公園で凧揚げをし、元氣にお正月遊びを楽しみました。みんなのささやかな思い出になってくれると嬉しいです。

賑やかだった冬休みが終わり、久しぶりに会う子ども達からは、お家での出来事やお年玉をもらったこと、お正月の思い出話を楽しそうにたくさん話してくれました。

ある日、産休中のスタツフと赤ちゃんが遊びに来てくれました。黒いコートを着ていたM君を見て赤ちゃんが泣いてしまいい、みんなに黒色が怖かったの

かな？と言われ、M君は違う部屋に行ってしまいました。少し経った後、ドアを開くとそこにはコートを脱いでちょこんとドアの隙間から顔を出し、「脱いできたよ」と恥ずかしそうに登場するM君。みんなの顔から笑みがこぼれ、M君の優しさと気遣いの一面が見られてとても微笑ましかったです。

寒さが一段と増す季節になりましたが、子ども達の元氣な声のおかげで、ぼけっとはいつも暖かいです。寒さや乾燥が気になる季節なので、インフルエンザ等の感染症予防をしつかり、毎日元氣に過ごしていきたいと思えます。



サポートセンタースピリッツ

仮面ライダーやスーパー戦隊シリーズ、ウルトラマン、ゴジラなど特撮ものがお好きな方は多くいらっしゃると思います。世代によつてそれぞれのヒーローも違ふと思います。

先日、移動支援を利用していらっしゃる方と、幕張新都心イオンモールまで映画を観に出掛けました。映画は『動物戦隊ジュウオウジャーVSニンニンジャー 未来からのメッサージフォームスーパー戦隊』。映画が始まるととても真剣な眼差しで映画を鑑賞されていました。その方の目が特に輝いたのは、次のスーパー戦隊（宇宙戦隊キュウレンジャー）が登場した時でした。私の肩をトントンとたたき、「待ってましたー！」と言わんばかりに目を輝かせておりました。ちなみに次のスーパー戦隊は今までの5人編成ではなく9人編成のようです。私もその

部分には驚きました。

そんな中、幕張新都心イオンモール内にあつてスピリッツでも何度も行ったことがある東映ヒーローワールドが1月15日をもって閉館したのを知りました。仮面ライダー、スーパー戦隊が好きな人にとっては、樂園のような場所でしたが、とても残念です。東映ヒーローワールドに変わる、楽しい場所を知っている方がいたらぜひ教えてください(^-^)



今年の12分の1が終わってしまいました。月日の経つのは早いと日常の挨拶でも交わしますが、本当にその通りだと思いません。時間の長さはもちろん変わらないので、『早く感じる』、『遅く感じる』といった違いなのでしょうけど。私たちの仕事でも、そのうちになどと思つていると、そのうちが数週間、1ヶ月後となつてしまいます。

【思い立ったが吉日】という言葉がありますが、思つたその時に行動を起こさないと、次々と流されてしまいます。そして、何でも早ければ良いというわけではなく、良いタイミングで行わないと上手くいかないこともあります。難しいですが、その見極めが出来る物事がスムーズに進んでいくでしょう。

相談支援でも、今すぐ動いた方が良い場合と、もう少し様子を見てから動いた方が良い場合

と様々な場面があります。日々最善を尽くして行動しているつもりですが、まだまだ至らない点があると思いますし、私達だけではどうにもならないこともあります。やはり、人の力なしでは物事は上手くいかないのだなと思う一方、多くの人の力があれば色々なことが出来るのではという発想は楽観的な考えでしょうか。



ハンドワーク生活介護では12月30日からパンケーキ作りにチャレンジしました。O材料を準備して、生地作りからチャレンジ!! 生地を混ぜて、丸くきれいに焼けると皆で嬉しそうにしていました。

中には、待ちきれず焼きたてに手を伸ばす方がいたり、おかわりをお願いしてくることもあったりと、思い思いの時間を過ごした年末でした。

そして、新年を迎え寒さがますます厳しくなってきた1月は、健康のためにアスレチックのある公園にお出かけしました。まずは楽しく運動を!! と昭和の森までお出掛け。平日のお昼というのも相まってか、ほとんどのアスレチックが貸切状態。「昔遊んだことがある」「ずっと昔かな?」と、運動大好きなHさん、いつもの落ち着いた表情はどこへやら、うんていや

ロープのトンネルに興味津々な様子。思い切つてチャレンジすると、「難しいよ〜!」と尻もちを着きながらも、とても楽しそうな笑顔で遊んでいました。その中でも一番の人気は滑り台。何回滑っても飽きない様子で、中にはトンネル滑り台の中でまったり過ごす方もいたり、楽しく運動できた日でした。



ハンドワーク（就労継続支援B型）

12月28日、ハンドワーク就労では利用者さん6名（1名休み）、職員2名でファミリーストランガストにて忘年会を兼ねての食事会を行いました。

各家庭のご協力を得て、事前に皆さんの食べたいものを選んで頂いていた為、スムーズに食事が出来ました。ゆっくり食事をして楽しい時間を過ごしてきました。ハンドワークに戻り午後からはビンゴゲームを行い、各自好きな景品を選び、持ち帰りました。

生活介護の利用者も招待し、大勢で賑やかなビンゴ大会となりました。年が明けて1月4日には就労と生活介護で一緒に小中池公園に行きました。サッカーボールで遊んだり、すべり台、アスレチック、小中池の散歩コースを歩いたり寒さにも負けず、みんな元気いっぱい遊んでいました。

1月5日から本格的に作業開始です。お正月の家での過ごし方、出来事などをみんな話しながら作業に取り組みました。

最近では、普段カゴ編みに使っている「エコクラフト」という紙バンドを使って手のひらサイズのまんまるマスコットを作り始めました。今までやったことのないような、複雑な編み方でも繊細な作業のため、全員が出来るわけではありません。手先の器用なMさんにこの作業を任せていますが、すぐに慣れてくれたようでどんどん編んでくれます。完成した動物のマスコットは利用者や職員に『かわいい』と褒められる事があり、それが本人のやる気に繋がっているようです。

今後もう少し作業の幅を広げ、楽しく取り組んでいきたいと思っております。

ありさ（就労継続支援B型）

ありさでは皆が楽しみにしている恒例の行事があります。それは、忘年会です。今回はOさんが「忘年会は焼肉が食べたいなあ」とつぶやいたのがきっかけで「焼肉食べ放題」でした。忘年会当日は忙しさを忘れて一日、目いっぱい楽しみました。Mさんはなんとアイスから食べ始めていましたが、その後はサラダもお肉もバランスよく食べ、締めにはラーメンでした。また、Hさんは気を利かせて他の人の分もと、お肉やサラダを大皿に山盛りにして持って来てくれました。Kさんは、女子はやっぱりスイーツ♡と全制覇しました。90分間の食べ放題は、もう食べられない！と言う位に腹いっぱい大満足でした。その後、忘年会に参加できなかったメンバーへのクリスマスプレゼントを選びにドンキホーテで小一時間ぶらぶらし、ありさに

戻ってからは、トランプで神経衰弱をして大笑いでした。みんなが集まって、同じ時間を共有し楽しめるのはとてもうれしい事です。

ありさのメンバーはみんなお互いのことを思いやる事が出来ます。（たまには「私を見てー」という気持ちが強くなる事もあります。そんなメンバー達だからこそ、楽しさが2倍にも3倍にもなっているのだらうなあと感じました。



五根の家（グループホーム）

新年を迎え、寒さも一段と寒くなって参りました。

そんな中、砂郷の菅原神社で子供会による毎年恒例の餅つき大会が行われ、グループホームからも3人のお年寄りが見学させて頂きました。つきたてのお餅を頂き、『美味しかった！』と喜んでおられました。

また、1月中旬には新たに1名の方が入居されました。96歳の女性で現在グループホームでは最高齢の方で、いつでも『ありがとうございます』と丁寧に何度も挨拶をされる素敵の方です。昼食の時間は、よく娘さんが来られ、居室で一緒に食事を召し上がります。食事では色々好き嫌いがあるのですが、先日、昼食にナポリタンが出た際には、『美味しい！』と言いながら食べたと、娘さんが驚いておられました。ご自宅ではスパゲッティを出しても召し上

がった事がないとの事でした。ご本人から、『ここで頂く食事は何でも美味しい』と話されるようです。グループホームの生活に慣れるのには、もう少しお時間があるご様子で、ご家族のお力もお借りしながら少しでも早く馴染んで頂けるようにしたいと思えます。

また、何かあると『いつもすみませんね』とおっしゃられるので、『そんな事はないですよ』と返答しますが、介護をするされるの関係ではなく、共に暮らしている仲間といった感じにスタッフもなればと思っております。



五根の家（小規模多機能ホーム）

あつという間にお正月が過ぎ、1月も過ぎ、2月を迎えました。

お正月は五根の家でもおせち料理が出ます。台所のスタッフが前日からの仕込みと朝早くから準備をします。五根の家で新年を迎えるお年寄りはおせち料理とお雑煮に自然と笑顔になっていました。お雑煮のお餅は玄米餅を使っています。地元の農家で作っている伸びないお餅で、飲み込みの不安なお年寄りでもお餅の雰囲気味わいながら安心して召し上がって頂いております。

初詣は、日吉神社に数人ずつ、3日間に渡り、全員参拝することが出来ました。参拝の際、車椅子の方もいらつしやり、他のお年寄りが車椅子を押して下さり、お互いに助け合いながら参道を移動されていました。みなさん、どんな願い事をされたのか興味津々です。

他にも1月は地域のイベントが目白押しで、もんじゅの会や地域のどんど焼きも見学させて頂きました。

1月のもんじゅの会は、「口腔体操と歌」の会でした。参加希望のあつた車椅子のお年寄りに参加されています。沢山の歌を歌い、『楽しかった！』と喜んでいました。

これからも様々な外出事に、みなさんの希望や意向（スタッフからの代弁によるものも含め）に添って、お出かけしたいと思えます。

最後に、昨年暮れに2人のお年寄りがご逝去されました。スタッフ一同、心よりご冥福をお祈りいたします。

春が待ち遠しいこの頃ですが、ご体調はいかがでしょうが、

「衣食足りて礼節を知る」という言葉があります。この仕事を通じ本場にそうだなあと感じます。支払いに追われ食べることもままならない時は、時間があつたとしても、家や周りをきれいにしよう！子供とゆつくり向き合おう！等という気持ちにはなれないんだと感じます。希望が見えてきてやつと、周りが見えてくるのかなと思います。ごみ屋敷の問題があちこちにあります。これもただ片づけられないというのではなく、意欲が湧かない原因を解決しないとまた繰り返すことになるのだと思います。

こころんにご相談にこられる方の多くは「いい人」が多い気がします。「いい人」だから人に頼まれる、話に乗ってしまう…そして自分を責め心身の

暮らしや仕事のことでお困りの方はご連絡ください！

- ◆営業日・時間
月曜日～土曜日 9:00～18:00
- ◆相談電話
0475(50)4251
- ◆メールアドレス
cocoron@ninus.ocn.ne.jp
- ◆所在地
東金市東上宿3-15

バランスを崩してしまいます。少しでも生活が上向きになると、まだ苦しいはずなのに年賀状を下さったり、「私も助けられたから」と食料を寄付して下さったりします。そして一度立て直した生活も維持していくのが本場に難しいです。2月末までフードドライブを開催していただきます。ご家庭で余っている食材をぜひご寄付ください。ご連絡を頂ければ取りに伺います！

営業：午前10時～午後8時

場所：東金ショッピングセンター「サンピア」内1階

(ステージコート脇)

内容：福祉、介護、子育て、ボランティア・市民活動

に関する情報提供、相談

★福祉・介護・子育て等に関する情報の掲示・配布をご希望の方は、当法人までご連絡ください。
(5333630)



ハンドワークからのお知らせ

ハンドワークではfacebookを始めました。普段の活動内容や、商品・イベント情報などを発信しています。まだ始めたばかりですが、これから内容の充実を図っていきたく思います。興味のある方は、是非フェイスブックをご覧ください。

検索は ⇒ facebook ハンドワーク ARISA



企画・イベント情報

ヨガサロン

健康管理、仲間づくりにヨガを始めませんか？

旧道の岸本薬局の斜め向かいにある「ありさ」の2階で開催中。

開催日 3月1日(水)

3月15日(水)

※興味のある方はご連絡ください。

ありさ(50-0362)

ともに暮らすを考える集い

日時：3月20日(月)

10時30分～

会場：東金市ふれあいセンター

内容：基調講演

講師：大友愛美

参加対象：障がい児・者の

保護者及び関係者他

参加費：無料

主催・連絡先：

ちば地域生活支援舎

53-3630

穂垂るの会

介護している方々が集まって日々の苦労話等を気軽に本音で話し合う会です。

日時：3月9日(木)

会場：ふれあいセンター

2階 創作室

経費：200円(昼食代)

主催・連絡先：

穂垂るの会・井上

(090-7171-1701)

街CAFEさくら

「認知症サポーター養成講座」

日時：3月19日(日)

13時～16時

会場：東金市東金1060-6

(サンフラワー1階内)

参加費：100円(お茶代)

問い合わせ先：

社会福祉法人ゆりの木会内

認知症カフェ担当

平賀・笠原

(50-8111)

お知らせ

スタッフ募集

子どもや障がい者、お年寄り等、人に関わる活動に興味のある方、一緒に働きませんか？

日数・時間・曜日・内容(介護・保育・支援・食事づくり・清掃など)・年齢等ご相談に乗ります。

※興味のある方は、ぜひ当法人にご連絡ください。

(53-3630)

ボランティア募集

趣味や特技、仕事を通じて身につけたスキル、体力等、自分らしさを生かしたボランティア活動をやってみませんか？

ボランティア活動を通じて得られる効果は無限大です。

子どもや障がい者、お年寄り等、人に関わる活動に興味のある方は、ぜひ当法人にご連絡ください。

(53-3630)

編集後記

雪が降ったりと寒い日があるものの、夕方の日がのびてきましたね。晴れた日の日中は暖かさも感じます。そんな日には暖房の効いた部屋に籠らず外へお散歩にでも出かけたいですね。(W)

昨年末からの研修ラッシュも、やっとゴールが見えてきました！後半の4週間研修は、過去最多連続かもしれません。ケアの質の向上、新たな実践が、千葉・東金の中で、生まれることを願うばかりです(Jerry)



ちばしゃ通信 (Vol.28)

発行日：2016年2月15日
発行元：ちば地域生活支援舎
編集責任者：宮下・太齋
連絡先：0475-53-3630