



3月は例年になく雨の多い日が続く、春の嵐に何度か見舞われるなど不安定な気候で体調管理の難しい時期でありました。もうしばらく天候不順は続くと思います。まだ、夏の話をするのは気の早い気がしますが、気象学者によると、今年の夏はかつて経験したことのないような暑さに見舞われるのではないかとという解説に接しました。例年だと夏季は太平洋高気圧に覆われ、昨年は四国の四万十市で最高気温41度というかつてない高温が観測されました。今年度は、チベット高気圧が同時に張り出すことが予想されるということ、相乗効果により異常高温が観測される可能性があるという事です。先の事を心配しても始まりませんので、そのような異常気象にはならないであろうと楽観的な気持ちでいたいと思っております。

さて、新しい年を迎えるときは、個人として1年間の過ごし方を考える「1年の計は元日にあり」だと思えますが、会計年度の変わるこの時期は法人として、また、法人役員として新年度の事業計画や決算、資金収支の見通しや人事に関わることと等々、考えなければならぬことが山積し、時間がいくらあっても足りない時期を過ぎているのではないかと思えます。季節の変わり目で気温のアップ・ダウンに体がついて行けない自分を省みると、会計年度の変わるこの時期が1年で一番忙しい時期なのではないかと思っております。本会もこの4月に新卒職員3名を迎え各部署に配置後、育成・指導をしっかりと行い、本会に入職して良かったと思ってもらえるよう、配慮しながら進めて参りたいと考えております。

社会では沢山の新卒の方々が希望と不安の入り混じる中で、社会人としてスタート致しました。組織の一員として様々な生産活動に入ると、自分の思い描いていたことと違うと感じ、悩み・不安になることもあると思えます。オーストラリアの医師で心理学者に（楽観的であれ。過去を悔やむのではなく、未来を不安視するのでもなく、今現在の「ここ」だけを見るのだ。）という言葉もあります。長い目で少しずつ前に進んで頂ければと思っております。

結びに、本会も新年度を迎え役員一同、心を一つにして、頑張つて参りますので関係各位のご指導・お力添えをよろしくお願い申し上げます。

(総合施設長 齊藤 操)

# 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）

春らしくなってきた今日この頃、花粉症で辛い思いをされている方もいらつしやると思いますが、皆さんはどのようにお過ごしですか？

3月は、お花見の季節という事で、鴛嶺の家では、天気が良い時にドライブに行ったり、公園に行ったり、八鶴湖に行ったりしています。先日、Oさん、Yさん、Uさんとドライブを兼ねて白子まで行き、河津桜を見てきました。Oさんは戻って来てから、スタッフに河津桜



が綺麗だったと嬉しそうに話をしてくれました。そんなOさんは、八鶴湖の桜まつりの初日に出掛けた際には、すれ違う人に元気にあいさつをされています。八鶴湖の桜が満開で「すぐくきれいだね！」という話をしながら、一緒に行かれた他の利用者さんと写真を撮り、いつもに増してニコニコ笑顔で桜並木の下を車いすにて散歩されました。Oさんは、桜まつりの週には2日も続けて、八鶴湖に桜を見に行き、近くの公園ではブランコに乗りながら桜を満喫する事ができ、春を目一杯楽しんでるようでした♪

## 鴛嶺の家（児童）

各地から桜の便りが聞かれる頃となりました。3月3日のひな祭りは、歌を歌いながらパネルシアターを観たり、ひなあられを使ったおやつを作って食べました。作るのも食べるのも楽しんでいました。

また、3月のお出掛けは、鴛嶺の家（児童）を卒業する男の子との思い出作りも兼ねて、3月29日に、さくらの山公園でお花見。そして、航空科学博物館へ行ってきました。満開の桜の下で飛行機や電車を見ながらお弁当を食べて、航空科学博物館では、飛行機のコックピットを見たり、客室を見たり、展望台から成田空港を見てきました。みんなお出掛けの時は、朝からニコニコで楽しそうでした。帰りの車の中では疲れて寝てしまう子が多かったからか、鴛嶺の家（児童）に帰って来てからはまた元気に走りまわって



います（笑）3月30日にはお別れ会をしました。みんなで歌を歌いジュースで乾杯。アルバムとプレゼントを渡し「卒業おめでとう！」とみんなで言うニコニコしていて、会えなくなると思うと寂しいなーと思いました。

## ぼけっと

春風が心地良い季節になりました。皆様いかがお過ごしですか？三月は、ひな祭りや防災訓練、卒業生を送る会、そして春休みと色々忙しい月となりました。

ひな祭りでは、壁面に大きな雛壇を作ると、十人以上の三人官女が出来上がったたり、オーケストラのような五人囃子になったり目にも楽しいパーティーになりました。

また、防災訓練は、近隣の消防団の方々にご協力いただき、地震と火事を想定して行いました。また消火器を使ったり消火訓練も行い、子ども達も真剣に取り組んでいました。

卒業生を送る会では、バイキングパーティーをし、みんなでお腹一杯食べました。今年は、小学生の頃から利用されていた四人の子ども達がぼけっとを巣立って行きました。そして、春

休み。桜やチューリップを見に行ったり、海の見える公園やアスレチックの公園などに出掛けたりしています。航空博物館近くの橋からは、満開の桜の木のでっぺんを触ることができ、スタッフの方が感動してしまいました。春休みもあと僅か、体調に気をつけながら、たくさん遊んだり、色々な体験ができたらいいなと思っています。



## サポートセンタースピリッツ

今年はとても暖かかったので桜が開花したと思ったらあつという間に満開になってしまいました。皆様はお花見などには行かれましたでしょうか。私は少しだけ桜が咲いているところを、利用者さんの見守りの支援をしながら横目で見て「美しいな」「お花見は春を満喫できて楽しそうだな」と思っていました。

春の支援では、風や細かい埃、花粉などに気を付けています。先日、支援で歩いていたら、花粉や細かい埃などで目が霞んだり、くしゃみや鼻水が出たりして歩きづらそうにしている方を見かけ、他人事ではないなと思いました。もちろん風邪にも用心したいですね。

この時期にもう一つ気を付けなければいけないことがあります。それは温度差です。この時期、日中は暖かいのですが、夜

になると急激に気温が落ちるため、体調を崩すことが多いです。朝は冷えているので一枚多めに着ているのですが、昼には暖かくなり、逆に汗をかいてしまいます。暖かくなり薄着にすると、夜冷えてしまう事があり、衣類の細かい調節がとても難しい季節なので、体温管理にはくれぐれもお気をつけください。

この時期は歓送迎会に参加される方が多々いらつしやると思っています。つつい無理をして体調を崩したり、酔って転んでケガをしないよう、節度を守って楽しく過ごしましょう。



今年には桜の開花が早く、ちょうど年度末くらいが満開でした。この時期は桜だけでなく、様々な花が咲きほこり、私たちの目を楽しませてくれます。モクレン、ユキヤナギ、レンギョウ、挙げればきりがありませんが、生命が花開く時はとても美しく、輝いています。擬態語にするとキラキラ、ピカピカといったところでしょうか。日本は擬音・擬態語で表すことが多く、逆にこれらを使うなど言われたら、相手に伝える時に困ってしまうだろうと思います。人によって表し方や使い方は異なるもので、伝える側と受け止める側では多少なりともずれが生じてくるものです。かつて、ある野球選手が「ドーンときたらバーンと打つ」と球の打ち方を説明したと聞いたことがあります。さて、受け止める方にはどう伝わったか。擬音、擬態語

に限らず、日常の何気ない会話の中にもあると思います。例えば、「なるべく早くお願いします。」と言った場合、言った方は明日までには思っただけでなく、言われた方は3、4日くらいで良いかなと思っただけでなく、状況にもよりますが、ずれを生じさせないためには具体的に「明日まで」等と伝えた方が良いでしょう。とはいえ、自分の思いが伝わるようにと色々なことを言いつつ、かえって何が言いたいのかわからない、この点も気を付けたいものです。



## ハンドワーク

みなさん、こんにちは。桜の綺麗な時期となりましたが、いかがお過ごしでしょうか？今回のハンドワークは就労支援・生活介護の合同にさせて頂きました。先日、ハンドワーク全員でとはいきませんでした。その日來られた人でお出かけしました。当日は利用者さん10名、スタッフ5名で小中池公園&昭和の森に行ってきました。いつもより少し早めにみなさんに集合してもらい、みんなですーぱーに寄ってそれぞれ好きなお弁当を選びました。誰のお弁当か後でわかるようにと念のため、本人とお弁当で写真も撮ってみました<sup>(\*)</sup>。まずは小中池公園に到着して少し早めの昼食をとる事になりました。ハンドワークにはなんと！24畳のレジャーシートがあり、15人が余裕で座れて余るくらいでした。どれが誰のだ〜と買って来た

お弁当を分け終えると…あら、びつくり…なぜか2つ余る…誰か2つカゴにいれましたね<sup>(^\_^)</sup>。桜も見頃を迎えていて「きれいね」とAさん。当日お誕生日だったBさん、みんながハッピーバースディを歌いBさんはニコニコでした。午後からは隣の昭和の森へレッツゴー！隣に続く階段を上って行くのですが、さすがみなさんスタスタと登って行きます。スタッフ数人は息切れしています。こちらにも桜が見頃になっています。「ウー」と指さすCさんを桜と共に写真を1枚。昭和の森ではストレッチをまわりました。人によって出来そうなものを選び、スタッフが協力したり。その中でも全部やりたいDさん、1回で出来なくても挑戦しつづけ「次はここ掴んで！」などスタッフも声を掛けながらサポートし、ついに達成！やったね！<sup>(^^)</sup>がんばりました！長く歩くのが厳しい人は一足先に車で公園に到着し、少し散歩をし

て東屋でのんびりしました。そしてデザートタイムです！帰りの車中ではみなさんでミニストップのアイスを食べながら帰ってきました。始めは普通のバナラソフトクリームにしようと思ったのですが、真っ先に目に入っただのは焼きリンゴ味！これがなかなか美味しかったんです！1日動き回って疲れていたみなさんも、帰りの車の中で「おいしー！！」の笑顔（笑）「また（行きたい）ね」とお話ししながらの帰宅となりました。さて、お話が変わりまして、既にご存知の方もいらっしゃるかと思いますが、4月よりハンドワークはありさに活動拠点を移すことになりました。長い間過ごし、慣れ親しんだ環境とはさよならして、ありさと合流！ちよつと寂しさはありますが、心機一転して新しいスタートを切ります！！今は荷物運びに荷ほどき、個々人で使うロッカーや席を決めたりと、新生活の準備に忙しい日々を過ご

してはいますが、少しでも早く仲良くなればと陰ながら頑張っていたらと思っています。



### ありさ（就労継続支援B型）

すっかり春めいてきて、あたたかい日が続き心も体もあたたかくなってきたなあと感じる今日この頃。しかし、「木の芽時」といわれるこの季節。木の芽や虫たちが冬を終え動き出しますが、人間は精神的に一番バランスを崩しやすいと昔から言われているようです。ありさでも、少し不安定になる人もいますが、この時期はみんなそうなりやすいらしいよ、と声をかけています。しかしながら年度変わりのこの時期、ゆっくり過ごしたいけれどもそうもいつていられません。就労支援では棚卸しがあるからです。更に今年はあるがたい事にカゴの大量注文があり、その仕上げの追い込みをしています。今年ハンドワークのお引越しもあるので、その前に一度リフレッシュ!!ということでもボウリングと毎年恒例の八鶴湖でお

花見を楽しんで来ました。ボウリングはやり慣れた人から初体験の人もいて、それぞれが楽しんでいました。お花見は特にSさんがとても楽しみにしていたので、「お花見」という言葉を聞くと目をキラ☆と輝かせて「お花見、お花見!!」と言っていました。

新年度からはハンドワークと合同で仕事をするようになるのでみなさん不安も抱えつつですが、いつもどおり楽しくしっかり仕事をしたいと思えます。



## 五根の家（グループホーム）

三月に入り、寒い日が三日程続いて暖かい日が四日程続く気が繰り返され、まさに三寒四温です。お年寄りには体調を崩しやすいので、各居室に濡れタオルを下げ湿度を保ち悪いウイルスが入ってこないように対策しています。

三月三日の昼食は雛祭りランチで、ちらし寿司、赤飯、蛤のお吸い物、紅白の雛蒲鉾、菜の花のおひたしでした。蛤といっても小粒（ぜんな）のものでしたが、皆さんはなぜ『ぜんな』と呼ばれるようになったかご存知ですか？大粒の蛤は高級品で売れば銭（ぜに）になりますが、まだ小粒の蛤は売る価値が無く銭にならない、つまり銭無（ぜんな）と呼ばれるようになったそうです。

先日、グループホームのAさんが九十七歳の誕生日を迎えられました。ご家族の希望で、A

さんの身内の娘さんご夫婦、お孫さん、ひ孫ちゃんまで来られ、グループホームの皆さんやスタッフを交え、にぎやかにお祝いすることができました。お祝いの色紙の寄せ書きには、身内の皆様にもメッセージを書いて頂きました。娘さんからは「お

ばあちゃん、おめでとう。大好きな鮪のお刺身食べて、百歳、百歳。」といただきました。改めてAさんおめでとうございました。今年もまたお花見に行きましよう。



## 五根の家（小規模多機能ホーム）

季節は春です。桜の開花宣言がテレビのニュースで聞こえてきています。地元東金の開花にはもう少し時間がありますが、桜の花を観に外出する時期になってきました。冬は一年の中でイベントが少ない時期ですが、3月18日に東金青年の家で開催された『ふれあい体験フェスティバル』にお年寄り6名とスタッフ2名で参加してきました。五根の家で早目の昼食を済ませての外出でした。薄曇りの天気でしたが、お客さんはたくさんいて、特に子ども達が多く賑やかでした。最初に立ち寄った『つむぎコーナー』では、始めはあまり興味なさそうな様子でしたが、色染めた糸を見たら熱心に綿を詰める作業をされていました。中庭では模擬店があり、かりんとうを試食して「美味しい」と五根の家のおやつとして購入しました。また、多肉植物

を鑑賞して「かわいい」「買いたい」とお話されていました。ステージの演奏も中庭から観る事ができ、グラウンドではシャボン玉や種コプターで遊ぶ元気な子ども達を見て笑顔で楽しませていました。子ども達とのふれあいはお年寄りにとって元気の源だと思いました。最後は歩き疲れたのか、みんなでベンチに座りゆつくりとくつろぎながら写真を撮りました。みなさん疲れのせいもあってか、カメラに注目されず、様々な方向に視線を向けており撮るタイミングが難しかったです。<sup>（笑）</sup>

また先日、お年寄り3名とスタッフで回転ずしに出掛けました。気分を変えると驚くほどの食欲で、いつも以上に皆さん召し上がっていました。これから気候が良くなるので、お出掛けなどの楽しみをたくさん作っていきたいです！

## 「こころん

先日、私の住む地域で村祭りがあり役員として参加しました。伝統の祭りにも「少子高齢化」の波が押し寄せています。神輿の担ぎ手の高齢化と外部人材の活用。子どもたちの不在による鞆鼓舞の中止。そして、村祭りの存続に危機感を感じる高齢者と、参加に消極的な働き盛りの跡取りたち。また一つ地域から人と人との「つながり」が消えてしまうようで、寂しさを感じた2日間でした。

昨年5月末から、こころんで生活困窮者の相談・支援に携わることになりました。多様な相談が舞い込みますが、その中に、「引きこもり」の子の生活を支える高齢化する親の悩みに遭遇する機会があります。老境に入り年金でギリギリ生活する親と、本来なら働き盛りである無職の息子や娘が同居しながらその年金で生活する様子から、親

亡き後に訪れる生活の不安に戸惑う姿が目に見えます。少し大げさですが、村祭りが地域から消え、今以上に地域に「つながり」がなくなっていく時、社会の中で忘れられ困窮しながら生活する高齢化した「引きこもり」たちの姿が見えてきます。こころんでは、そういう彼女や彼女らとどのように「つながり」を深め、社会と「つなげる」ことができるかが課題となっています。



## いくりん

お散歩先の公園では木々や花が芽吹き始め、色鮮やかな景色に変わりつつあります。季節は春になってきました。

先日、行われた「スプーンを作るう」のワークショップでは、8名の保護者の方がご参加下さり、大成功で終了することができました。スプーンをやりで削りながら、お子さんの日常のエピソードやいくりんでの様子、情報交換をしながら世界で1つだけのスプーンができました！

この3月、4名のお友達がいくりんを卒業していきました。当初は、ママと離れると泣いていた子ども達も、今では、立派なお兄さん、お姉さんに成長してくれました。寂しくなりますが、離れていても子ども達はずっと友達です！今までありがとう！もちろん！スタッフにとっても子ども達と過ごしてき

た時間はかけがえのないものとなりました。4月には新たなお友達を迎え、今まで以上に楽しいいくりんにしていきたいと思えます。



## ゆーすぽーと

一団体で連続という例はあまりないそうだが、新年度30年もWAMの助成金を受けることができるようになり、「ゆーすぽーと」を今までの規模で継続できることになった。子どもたちに対して、そして、活動を支えて下さった多くの方々に對して責任を果たすことができるようになったと、安堵し、深謝の限りである。

しかし、助成の条件は甘くはなく、同一事業では認められないのだそうだ。重なる部分はあるが、新たに知恵を絞らなければならぬことも多くあるようだ。また、大きな重しがぶら下がってきたようにも感じる。

「もり」、「かけ」、「改竄」、「日報」、はたまた「セクハラ」と1年以上も空転し続ける国会の無駄を考えると、「ゆーすぽーと」が何百年続けられることか、否、全国いたるところに「ゆー

すぽーと」が開設できたかと夢想して嘆息がもれる。でも、「重し」も「嘆息」も晴らしてくれるものがある。子どもたちの声に耳を傾け新年度も頑張りたいと自らを鼓舞している。

「ゆーすぽーとではたくさんの人に出会い、たくさん仲間である味方ができました。自分のことを認めてくれる人や相談を聞いてくれる人、自分のことを叱ってくれる人、いっぱい出会いました。そんな人たちと関係を築いていくうちに飾らない自分でいいんだと感じました。・・・「ゆーすぽーとは自然体でいられます。ここは私のもう一つの家です。」(子どもたちの作文より一部抜粋)



## ひなたぼっこ

桜が満開の季節を迎え、薄手の上着で過ごせる日が多くなりました。

ひなたぼっこ・椿森では3月の中旬に外部の方から感染したと思われる胃腸炎が職員間で流行り、感染した職員もそうでない職員も大変な思いをするという事態になりました。利用者の方に通いの日を変えて頂いたり、通いを訪問に切り替えたりしながら、何とか人員不足を乗り切りました。幸い、誰もだいいには至らなかつたので良かったのですが、改めて体調管理に努める事の重要性を実感しました。また、感染症について職員間で研修を行うことで全員の意識と知識を高めていこうと思います。

皆の体調が戻ってから、予定通りお花見に行きました。3月に入ってから、「お花見の場所はどこが良いか。」「桜の名所は

どこか。」「昔は良く〇〇に行つたなあ。」「等、利用者の方同士で和気あいあいと話し合う姿も見ることができました。お花見当日は暖かく、まさにお花見日和で、満開の桜の木の下で手作りのお弁当を食べ、写真撮影をしました。外出する機会の少ない利用者の方がとても喜ばれ、皆さんのいつも見る事ができない表情をたくさん見る事ができました。私たちも楽しいひとときを過ごすことができ、充実した1日となりました。また皆さんに喜んで頂ける外出行事を考えたいと思います。



## 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、一緒に働きますか？  
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)

### りんく休止のお知らせ

平成27年度9月より東金シヨツピングセンターサンピア内に設置していた「地域福祉情報・相談センターりんく」を平成30年4月末をもって休止することになりました。

多様な人達が集うシヨツピングセンターで「福祉や介護、子育て等」の情報を提供する場、気軽に相談できる場を作りたい！という思いで開設し、約3年弱運営してまいりましたが、思いと実際にギャップが生じており、より市民のためになる情報提供と相談支援体制づくりが必要だと感じるようになりました。

については、一度休止し、協議検討し「必要」に合わせて再開したいと考えております。何卒ご理解のほどよろしくお願いたします。

## 企画・イベント情報

### 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：5月10日（木）13時半～  
会場：ふれあいセンター

2階 創作室

参加費：200円

主催・連絡先：

穂垂るの会・井上

(090-7171-1701)

### 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 5月9日（水）

5月23日（水）

※興味のある方は、ご連絡下さい。

ありさ(50-0362)

## 編集後記

新年度を迎え最初の号になります。みなさまへのお届けが遅れてしまい、大変申し訳ございません。今年度も気持ちを引き締めてちば舎の活動をお伝えしますので、何卒よろしくお願致します。(S)

入学式、就職と4月は新たな学校、職場や仲間など様々な人と会うことのできる季節です。当法人にも新入社員が入りました。今年度も楽しこと、辛いこと等があると思いますが、みんなで頑張っていきましょう。(K)



## ちばしゃ通信 (Vol.42)

発行日：2018年4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

# ま<sup>もく</sup>ちの保育所 空ば



安全な  
木質空間

安心の  
職員配置

優しい  
価格設定

保育士  
看護師等  
募集

## 5月中旬開園予定

〒283-0802千葉県東金市東金723

### 子育て世代の福祉職・介護職を応援します！

少人数ならではのアットホームな雰囲気の中、  
お子様一人ひとりに寄り添った保育を行います。  
こだわりの木質空間で豊かな感性を育みませんか？

お問合せ

TEL 0475-53-3630

(ちば地域生活支援舎担当：太齋・並木)

ご希望の方はお気軽にお問い合わせください。面接日等のご相談承ります。

園児募集中!