期ISK むつみの里

No. 1 O 1 2019. 1. 15



社会福祉法人 むつみの里

就労継続支援B型であい工房 地域活動支援センター I型 自然房



謹んで新年のご挨拶を申し上げます



昨年は、地域の皆様や関係機関の温かいご支援、ご指導いただき、就労支援事業・ 地域活動支援事業・相談支援事業・共同生活援助事業など各事業活動を進めること ができました。心から感謝と御礼を申し上げます。

2019年は、当法人の前身であります「むつみ共同作業所」の開所から数えて 30 周年を迎えます。開設当時の想いを大切にしつつ、意義のある年にしたいと思っています。

本年も、互いの人格と個性を尊重し合い、自立支援の充実と健全な法人運営に努めて参りますので、なお一層のご指導、ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

社会福祉法人 むつみの里 理事長 跡部則之

就労継続支援 B 型事業所 地域生活支援センター 共同生活援助事業所

であい工房 自然房 グループホーム正印



2019



元気一番!今年のウリです



11月14日 合同防災訓練

毎年2回行っている避難訓練は、「大きな地震が起きてであい工房2階作業室の天井から出火!」という想定で実施しました。定期的に行われていることもあり、参加者全員が落ち着いてスムーズに行動していました。

訓練終了後、消火器の使い方の訓練を行いました。日頃の訓練の大事さを改めて感じるよい機会となりました。



消火器を使った消火訓練。 「備えあれば憂いなし!」

と感じました(稔)日頃の訓練が大切だ







安全ピンを上に 引き抜きます

ホースを火元に 向けます

握ります

出店&作品展示》

第三種郵便物承認

たくさんのイベントで出店依頼の声をかけていただき、ケーキ やマフィン、クッキー、オリジナル工芸品などの販売をしました。 手に取っていただいた皆様、ありがとうございました。



11月3日・4日 ねんりんフェスタ&こころの健康フェスティバル

「ねんりんピック富山 2018」に合わせて富岩運河環水公 園親水広場で「きときと富山ねんりんフェスタ」が行われ、 むつみの里はフランクフルトやポップコーン、焼き菓子など の販売を行いました。また、隣接する富山市総合体育館では、 「こころの健康フェスティバル」も行われ、たくさんの方に



日頃の活動を知っていただく 機会となりました。



11月15日 東海北陸社会航券センター研究協議

11月23日 宮川公民館寺つり 出店 12月18~118 上市町障害者過間 展示。販売 12月1日~9日 滑川市障害者週間 展 12月1日 きょうされん北陸プロック学習会・出店 12月15日 クリスマスinみらいず 出店



12月1日 - 2日

きょうされん北陸フロック学習交流会 in 富山



コミュニケーション支援 アプリの紹介もありました。

きょうされん北陸ブロック学習会が、ありそドームにて 行われました。初日は、金沢星稜大学人間科学部教授 河 野俊寛氏より「コミュニケーション支援を高めるコツ」の 講演がありました。

講演では、発語が困難な方が、支援者へ身振り手振りで 意思を伝え、コミュニケーションをとる姿の動画がありま した。また、イラストカードなどを使うことは、意思を伝 える点で有益なものとのお話があり、これらをぜひ参考に したいと思いました。

後半は「富山大空襲を語り継ぐ」と題して、富山弁落語家 越中家満欽 丹/桶屋欽一郎氏による講演が行われました。満欽丹氏は、東北の被災地 にこれまで60回以上も通われ、笑いを届けておられます。

焼夷弾が降り注ぐ中を命からがら逃げまわった話、焼け野原の富山市 の様子、戦前から戦後にかけての社会の変わりようなどを話され、戦争 からは何も生まれない、してはいけないと強く感じさせられました。最 後に満欽丹氏のハーモニカ演奏に合わせて、全員で「ふるさと」を合唱 しました。



離議・実抜「冬こそできる! 筋肉づくり」

富山県国際健康プラザより、竹中祐子氏を講師にお招きし、家庭 で簡単にできる筋肉トレーニングを教えていただきました。

リズムに合わせて右手と左手で違う動きをする「脳を活性化させ るゲーム」では、ちょっと苦戦…?(笑)でも、体だけでなく脳の 運動もできて、わいわいと楽しい家族教室となりました。



レッグエクステンション、太もも を鍛える運動です。

次回は、3月6日13:30~15:00場所は中部厚生センター。ピアフレンズの方に講演していただきます。 テーマは「治療を続けるときに親や家族にしてほしい事」です。ご参加申込みをお待ちしています。

むつみの里 であい工房より、美味しさと安心・安全をお届けします



バレンタインデーの季節となりました。今年も企画!

『バレンタインショコラ・ともチョコ』

むつみの里は、日本食品衛生協会より「食の安心・安全5つ星」をいただいています!

バレンタインショコラ (カップ)

10×9×4.5cm

約 110g/510(稅込)

ブラックチョコレートとほろ苦 いココアがたっぷり!生クリー ムとブランデーを加えた濃厚な 味のガトーショコラです。

バレンタインショコラ(箱入り)

直径 15cm 丸型 箱入り 粉砂糖付き

約 400g/1670 円(税込)



ともチョコギフト

増刊HSK(であいNO. 101) 通巻4908号

クッキー3枚入り ミニマドレーヌ4個入

上 110×110 底 80×80H80 cm/310 円(税込)

バターの香り広がるクッキーは、 チョコチップ・ココア・チーズの 3つの味が楽しめます。 マドレーヌは、はちみつを加えて しっとり焼き上げました。

★バレンタインショコラ

賞味期限 28 日 原材料/さくらたまご、上白糖、ブラックチョコレート、CO・OPバター、純ココア、国内産小麦、生クリーム、ブランデー

★クッキー

賞味期限 56 日 原材料/CO・OPバター、国内産小麦、上白糖、さくらたまご、チーズ、チョコチップ、純ココア

★ミニマドレーヌ

賞味期限28日 原材料/CO・OPバター、国内産小麦、グラニュー糖、さくらたまご、はちみつ、ノンアルミベーキングパウダー、抹茶

社会福祉法人むつみの里であい工房宛 締め切り2月7日						
TEL/076-472-3607 FAX/076-472-3649						
お名前	バレンタイン	バレング	タイン	ともチョ		金額
	ショコラ(カップ)	ショコ	ラ(箱入り)		ギフト	
合計						
FAX 送信者(代表)	住 所:					TEL
	お名前:					FAX
引渡し方法	発送・引取り・お届け		支払い方法		代金引換・郵便振込み	
(該当するものに丸を付けて下さい)	希望日 2月 日	(該当するものに丸を付けて下さい)				
※商品の注文金額合計が4,000 円未満の場合は送料500 円が別途必要になります。						

就労継続支援B型であい工房

11月29日健康教室

血圧測定 & ウォーキング



今回の健康教室は、血圧測定とウォーキング。風は冷たかったですが、日差しが暖かく、気持ちの良い、散歩日和でした。

であい工房からカミールまでの往復は、 日頃の運動不足解消にはちょうど良く、戻ったころには、「体が温まったわ~」という声が聞かれました。リフレッシュできて、残りの作業も頑張れたかな!?



いい気分で散歩ができ ました♪ (孝行)

12月17日 🔧 🕾 🛩 グリスマス会 & お金について考える講座 🏝



キャリアコンサルタントの 仕事についても教えていただ きました。



財布の中味と相談して、上手にお金を使いたいな~。(武俊)

NHK歳未にすけめい義援金事業の助成金を受け、キャリアコンサルタントの五十嵐枝折先生をお招きして、お金について考える講座と、先生を交えてクリスマス会を行いました。

みんな普段何気なく使っているお金…。講座では各班に分かれ、く じ引きで引いた課題に沿って、お金をどうやって使っていくか班のみ んなで考えていきます。例えば、「以前から欲しかった時計が割引で 10,000円です。買いますか?」の課題に、「僕なら買うかな~」「高 いからやめておく」といろいろな意見が出て買うか決めます。順にく

じがなくなるまで引いて、さて残金はどれく らい?とゲーム感覚で行っていきました。

たくさん使った班、使わなかった班と様々でしたが、五十嵐先生の「お金を使わずに生活するということはできない。だから困ったときは、信頼のおける人に相談することも大事です」という言葉が印象的でした。

その後は、先生と一緒にクリスマスケー キを堪能♪いろいろなお話をすることがで きました。



ランチのカツカレーや、ケーキ も美味しかったです。(美咲)

12月28日 年越しそば

仕事納めの日は、毎年恒例!みんなで昼食に年越 しそばを食べました。これは、江戸時代から定着し ている日本の風習で、細く長いことから「健康長寿」

などの縁起をかついて食べるようになったと言われています。それにあやかり、2019年も元気に過ごせることをみんなで願っています。



+ 4

àmie ille



上市中学校 唯花さんとのコラボ企画!!

唯花さん自作のイラストとスタ ンプをあしらったシールを、むつ みの里のクッキーのパッケージに 貼りました♪期間限定ですので、 ぜひご覧ください!(*^-^*)



期間限定!ガトーショコラのケーキセット



1月7日~2月28日まで期間限定でガトーショコラのケーキセットを販売します。甘くてほろ苦いガトーショコラをぜひご賞味ください。

おれんじカフ 12月13日

増刊HSK (であいNO. 101)



2019年 1月14日発行





上市町地域包括支援センターが行 っている「おれんじカフェ」の「歌 声喫茶」に参加しました。懐かしい 曲、青春の歌、童謡などみんなで声 を合わせて歌いました。 amie の飲み 物や焼き菓子などを頂きながら、地 域の方と楽しいひと時を過ごすこと ができました。

> 知っている曲もあって楽し く歌えました。(土開)



「上を向いて歩こう」「涙そう そう」などの曲を歌いました。

12月18日健康教室~足指力のプラエック~



みんなで筋力アップ体操 「新聞ギャザー」を行いました。

ら っ足 思たの いの指 での 家 運 で動 やを (干登勢) つ 教 てえ よも

「足は第2の心臓」と言われています。今回は、 足指力のチェックを行い、足は健康のために重要 な存在であることを学びました。また、足指力を 鍛える運動では、足指を「グーチョキパー」に広 げる運動や、新聞紙を足元に置いて丸めて、破か ないように広げる運動などを行いました

しばらく続け るとみなさん足 が軽くなり、「ポ カポカしてくる ように感じる ね。」との感想が 聞かれました。



平成30年度共同募金会NHK歳末たすけあい義援金事業

今年も義援金をありがとうございました! コリアージュを楽しみました。

コロリアージュとは、フランス語で塗り絵を意味し、 アートセラピーのひとつです。リラックス効果や脳の活 性化といった効果が期待できるそうです。今回は、3色 の色鉛筆を選び、色のバランスを考えながら塗っていき ました。最初はどこから何色を塗ろうかなと迷いながら も集中!世界に一枚しかない素敵な作品になりました。 完成した後は、みんなでお茶会をしました。

たどろする たいげ 色み きたしましている。 って丁 玄関に 寧 赤





額に入れて完成! 自分へのクリスマス プレゼントになりま

の安心相談(

相談無料

秘密嚴

ご本人やご家族に心の健康についての 心配ごとはありませんか? お近くの会場で相談できます。 お気軽にご連絡下さい。(予約優先です) **|立山町|**…平成31年 1月25日(金)13:30~16:00 【場所】立山町元気交流ステーション 3階 相談室 **滑川市**…平成31年 3月 1日(金)13:30~16:00 【場所】滑川市役所東別館 1階 会議室

予約・お問い合わせ

地域生活支援センター 自然房まで ☎(076)473-1644(担当:佐野)

十三・十五・十八・二十・二十三・二十五・二十八日)発行

「たくさんの笑顔が見れますように」

GH正印のお世話をするようになって5年になります。現在入居者は、男性2人。

「ただいま!今、帰りました」「おかえりなさい。お疲れ様です」

就労帰宅後、この会話から日常の中のプログラムがスタートします。

部屋の掃除・入浴・夕食と予定通りこなしていきます。夕食後は、自由時間です。

スポーツ好きなYさん、野球を観始めます。生粋の巨人ファンです。

ちなみに夕食時は「食事に集中できないから」とテレビを観ません。

翌日、「昨日の試合どうだった?」と聞くと負けた時は、決まって「面白くなかったです」と 不満そうに答えます。

でも、私にとっては、そういう気持ちの表れが、垣間見れるので、負け試合もそう悪くないで

もう一人のSさんは、口数は少ないですが、決められたことはキチンとこなされます。夕食後 は、すぐに自室へ戻り休んでおられます。

自動車の専門雑誌を大切にされてて時々眺めています。なかでも特に1960年代あたりの 車が好きです。個性のある二人ですが、問題なくそれぞれの時間を過ごしています。

私の理想としては、一緒にTVを観たり、雑談したりするようになれば~と思うのですが・・・。 まずは、自分の望む生活の中で笑顔がたくさん見れるようになるといいなあと思います。 そのためには、私に何ができるのか毎日が課題であり、やりがいを感じる日々でもあります。 そして日々一緒に成長していけたらいいなあと願いつつ、今は、私と彼等の体重の成長がやや 気になります (笑)

今年は、新しい人を迎える事が出来れば嬉しいです。

ともみ

行事&予定

ダスキンクリーンエール 様

藤堂工業 様

米井建設 様

二川様 吉田 様 土肥 様 高城 様 村崎 様 堀内 様 (順不同) 匿名 4名様 ありがとうございました。

落語家 満欽丹さんのネタばらし

12月1日のきょうされんの学習会で聞いた話の中の一節。 シャボン玉飛んだ~♪屋根まで飛んだ~♪屋根まで飛んで~♪ 壊れて消えた~♪



さて、この歌は何を歌っているのでしょう。

答え:台風 でした。

編集人: 社会福祉法人 むつみの里

連絡先:〒930-0326 富山県中新川郡上市町柳町23

TEL/076-472-3607 FAX/076-472-3649

F-mail/

mutuminosato-14@ma.net3-tv.net

〈口座番号〉00790-2-56015

〈加入者名〉 むつみの里をささえる会

年間購読料:1,500円 (カラー刷り 年6回 送料込み)

価:50円

発 行 人:北陸障害者定期刊行物協会 〒939-8075 富山市今泉312

であいエア

1月 健康教室 未定

2月

未定 健康教室

■出店■

1月11日~13日 ハーティとやま in 富山 (アピア) 2月16日~17日

ハーティとやま in 婦中(ファボーレ)

■amie (あみ) ■

年始の休み:1月1日~3日

特別営業日:

1月12日 カミール新春イベント

自然房I 1月

5日 DVD鑑賞&パソコン教室

12日 カラオケ&ゲーム

19日 パソコン教室

&ストレッチ・体操 22日 健康教室「手洗いについて」

26日 座談会&わいわいタイム

2月

2日 DVD 鑑賞&パソコン教室

9日 カラオケ&ゲーム

16日 パソコン教室

&ストレッチ・体操

23日 座談会&わいわいタイム

火曜日:メンバーミーティング

新年会(マックスパリュ上市店 交流会)

つるぎの里家族会 家族教室(中部厚生センター)

劔岳雪のフェスティバル 出店



1月 4日

1月 9日

2月11日





