

増刊HSK むつみの里

No. 104
2019. 7. 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

7月1日~7月5日 社会に学ぶ「14歳の挑戦」

上市中学校の2年生2名が体験・実習されました。



丁寧に拭いておられました。
とっても上手！（優子）

「地域のいろいろな所で販売ができて楽しかったです。いい経験になりました。」
（中学生）



実習生さん、ようこそむつみの里へ！！



二人を囲んでの記念撮影♪

6月4日~6月28日 県立総合衛生学院生・看護実習

合計16名の学生が実習に来られました。であい工房では請負作業、自然房では学生さんのアイデアで風船バレーなどのレクリエーションを行いました。



リング揃え作業の様子。細かい作業、リングの数も多いので、集中して取り組みます。

みんなでゲームをして楽しかったです。とても盛り上がりました。
（昌明）



今年もウエスの寄付を
いただきました。

ありがとう
ございました



6月13日 防災訓練



今回は、富山県東部消防組合上市消防署立ち合いのもと「地震発生後、であい工房の作業室から出火！」という想定で行われました。「地震です！火事です！」や「避難します！」の職員の声にも、メンバーは慌てず落ち着いて行動していました。

メンバーからは、「今日の訓練を次回の訓練に、いざというときに活かしていきたい。」と感想が聞かれました。

訓練終了後には、消火器の使い方の練習をし、日頃の防災意識をみんなで確認しました。



「天井に火が届いたら消火器では消せません！逃げ道を確保しましょう！」との指導がありました。



5月2日 健康教室

歌を歌って気分爽快♪

血圧測定
カラオケ



まずは血圧測定。健康管理のために、であい工房で毎朝自主的に測定している方もいます。

「人前であまり歌った事ないんだ〜。」と控えめな様子でしたが、マイクを握るとノリノリのメンバー。他のみんなも歌に合わせて手拍子をとったり、一緒に口ずさんだりして楽しい時間を過ごしました。

声を出して歌ったら気分は爽快！仕事も頑張れそうです♪



米米CLUBの「浪漫飛行」を歌いました。久しぶりのカラオケは楽しかったです。スカッとしたな〜♪ (稔)

今年も野菜が採れました！



きゅうりはすぐに大きくなるから、明日も採りに来んとあかんちゃ！

(克之)

ズッキーニ、トマト、玉ねぎ、きゅうり。であい工房の畑には、春にメンバーと一緒に植えた野菜がたくさん実っているので、朝収穫しています。

収穫した野菜はむつみの里の給食の材料として活用しています。今はきゅうりの最盛期！「これ畑のきゅうり？おいしいね〜！」とメンバー。

曲がって見た目はよくないですが、とれたての味は最高です！

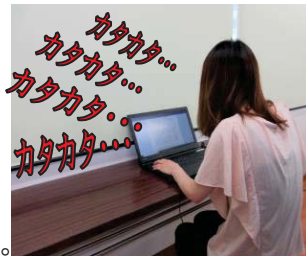


豆腐ステーキ
きゅうりの和え物

こんな仕事もしています♪



会議で録音された音声を聞き取り文字にする作業です。実際に書き起こすとすると、難しい用語や、音声の中に聞き取りにくい言葉があり時間がかかる地道な作業です。それでもテープ起こしの効率的なやり方を調べてきたり、毎日目標を立てて取り組んだり、工夫していたので、予定日より早い仕上がりでした。「達成感がありました！」と力強い感想でした。



àmie通信 夏にぴったりの新メニューが登場

暑い時には、冷たいスイーツが食べたくなりますよね(*^-*) かき氷のもも味と、みかんシャーベットが新しくメニューに仲間入りしました！

暑い日は àmie で冷たいスイーツを召し上がれ♪

一、かき氷もも味



桃の香りが口の中で広がります。酸味も少しあり、後味スッパリ。

一、みかんシャーベット



みかんの果肉がたっぷり入ったシャーベット。トッピングはミントとチョコレート

7月5日 AED講習会



上市まちづくり公社が開催した講習会に参加しました。救急車が来るまでの間にAEDを用い、救命処置をする事が、生存のチャンスを高めるとの事。少々緊張気味のメンバーでしたが、実際にダミーを使っ



ての訓練に真剣に取り組んでいました。

音声に従って処置すれば難しくないですよ！(武俊)



6月18日・19日 おでかけランチ

「回転寿司に行きたいです!」と希望があり、はま寿司と行田公園へ出かけました。「どうやって注文するの?」「お寿司以外にもメニュー充実していてびっくり!」と会話も弾み、旬のお寿司を堪能しました。行田公園では、公園内を散策し、紫、白の色とりどりの花菖蒲を満喫しました。



シーチキン、まぐろが美味しかったです。また、出かきたいです。(寛)



天ぷら蕎麦が美味しかったです。(文雄)



花菖蒲に囲まれてハイチーズ!

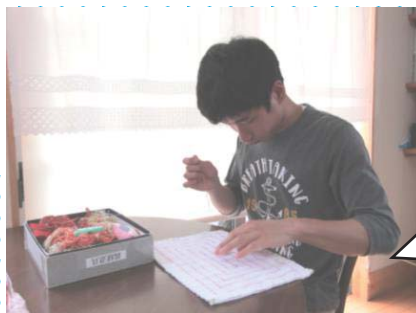
6月13日

おれんじカフェ



上市町地域包括センターが行っているおれんじカフェの「ストレッチヨガ」に参加しました。「ゆったりと体を伸ばすことが出来て良かった」「家でも出来そうなので続けてやってみたい」などの声が聞かれました。最後は、横になって目を閉じて自分の身体と向き合う時間になりました。参加された地域の方と良いひと時を過ごすことができました。

プログラムの紹介♪



集中して縫っています。カラフルな雑巾ができました。(康平)

手工芸の時間にさをり織りの残った綿糸で雑巾を縫っています。玉留めの練習から始め…今は、一針一針きれいに仕上げることを目指しています。コツコツと心を込めているので、無地の生地にも、さをり織りの糸が映え、手仕事の温かみが伝わる一枚に仕上がっています。

不用の新品タオルご寄付のお願い
自然房では、使っていないタオル(新品)を集めています。ご家庭に使わないタオルがありましたらご協力をよろしくお願いいたします。

出張!

こころの安心相談

相談無料・秘密厳守

「心の悩みや不安がある」

「生活リズムが乱れている」

「最近、家族の様子に変化がある」

など、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)

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)

立山町…令和元年7月26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

舟橋村…令和元年8月30日(金) 13:30~16:00

【場所】舟橋村会館(予定)

滑川市…令和元年9月27日(金) 13:30~16:00

【場所】滑川市役所東別館1階 会議室

温かい言葉に支えられて



一 糸電話 一

今年の4月で amie は6周年を迎えました。

多くのお客様にお越しいただけるのは、地域の方々、カミール関係者の方々の温かいご支援のおかげだと心より感謝しております。

私が amie に着任したのは平成29年4月、今から2年3ヶ月前になります。

当時の私は「お客様に迷惑をかけてはいけない。amie で仕事しているメンバーさんをしっかり指導しなくては!」とずいぶん肩に力が入っていました。

メンバーの1人Y子さんは接客が大好きで気持ちのいいあいさつができる人です。ただ、忙しくなってくると接客が雑になり「はい」と言ってつっけんどんに商品を渡したり、お客様の注文を「うん」と言って聞いたりします。

また別のメンバーのMさんはいつも笑顔でスタッフの指示通りによく動くのですが、年配のお客様に対して「ありがとう」「またね」とまるで友達のような言い方になる時があります。そんな時は厨房の隅で「雑にならないように」「ありがとうございました」「またお願いします」と言葉遣いを練習するのですが、毎日がハラハラ・ドキドキの連続で心配性の親のようにいつも見守っていました。

ところが、お客様はそんな私の心配をよそに「Y子さんはいつも元気でいいね～こっちまで元気になるわ～」「Mさんは笑顔がいいね～よく動かしね」と温かい言葉をかけてくださったり、「amie で働けて良かったね!これから頑張られ!」と励ましてくださったりしました。

そういえば、注文したものが遅いと催促されたことは一度もなく、それどころか「慌てんでも大丈夫!」と気遣ってくださったり、空いた食器を片付けてカウンターまで持ってきてくださったりと、幾度となくお客様に助けていただきました。

ある日、カミールの意見箱に「Amiはとてもよい店です。どうか閉店しないでください。私はAmiが大好きです」という小学生のメッセージが入っていました。「amie のお客様は小さい子供から年配の方までみんな温かい人たちばかりだね。私たち、お客様に支えられているね。」とY子さん。

メンバーさんたちはお客様の温かい言葉に支えられ、今日もイキイキ!!笑顔で仕事をしています。私もちょっとだけ肩の力を抜いたら、ハラハラがワクワク!に変わりました。

ともこ

善意感謝

上市町善意銀行 様
富山県立総合衛生学院 様
ファースト株式会社 様

吉田 様 樋口 様 筒井 様
堀内 様 久世 様 山下 様

匿名 2名様

ありがとうございました



■ちょっと豆知識■

花菖蒲は、初夏の訪れを告げるとともに梅雨の時期に咲く代表的な花として愛されています。花菖蒲はアヤメ科に属する植物でアヤメやカキツバタとは区別が付きづらく似ているため混同されます。花菖蒲の名前の由来は、端午の節句で楽しめる菖蒲湯の「菖蒲」に葉っぱが似て、美しい花が咲くことから花菖蒲と呼ばれるようになりました。ひときわ華やかな花菖蒲を見ていると梅雨のジメジメした不快感も忘れてしまいそうです。この季節、花菖蒲園へ足を運んでみてはいかがでしょうか。

行事&予定

■であい工房 7月

3日 移動販売(上市)
20日 みらいぶ夏まつり/出店
8月
未定 健康教室

■amie(あみ)■

7月21日(日) 臨時営業(参院選のため)
8月13日(火) 延長営業 ~20:00まで

■お盆休みについて■

であい工房:8月14~16日
支援センター:8月14~16日
相談支援事業:8月14~16日
amie(あみ):通常通り営業いたします

■自然房 7月

6日 DVD鑑賞&パソコン
13日 カラオケ&ゲーム
17日 健康教室「スポーツ吹矢」
20日 パソコン
&ストレッチ・体操
27日 座談会&わいわいタイム

8月

3日 DVD鑑賞&パソコン
10日 カラオケ&ゲーム
17日 パソコン
&ストレッチ・体操
24日 座談会&わいわいタイム
27日 健康教室「血管年齢測定」
31日 歌声喫茶&当事者会
火曜日:メンバーミーティング

■合同■

7月 1日~7月 5日 14歳の挑戦 中学生2名
7月 5日 上市町福祉大会/参加・出店(北アルプス文化センター)
7月 9日~7月 11日 富山県立大学看護学部実習生 4名
7月 12日~7月 13日 全国精神障害者地域生活支援協議会あみ 全国大会
7月 29日~7月 30日 小中高生ボランティアスクール
7月 31日 中部厚生センター管内地域精神保健推進協議会
総会・研修会/参加・出店(つるぎふれあい館)

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

E-mail/

mutuminosato-14@ma.net3-tv.net

郵便振替 <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)

定 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