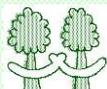


増刊HSK むつみの里

No. 106
2019. 11. 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

10月9日 第25回 富山県精神障害者レクリエーション大会



一生懸命がんばるぞ~!
みんなで声を出しました。
(宏樹)

メンバーが参加を楽しみにしているレクリエーション大会。

事前に競技の練習をしてから本番に臨んでいます。おかげで5チーム全員入賞できました。

競技の後は音楽鑑賞。童謡などの演奏があり、一緒に歌ったり、手拍子をとったりして、みんなで盛り上がりました。

たくさんの笑顔が見られたレクリエーション大会でした。(*^-^*)

チームワークが良かったので入賞できました。(孝行)



上手くいってよかったです。(武俊)

10月18日 中部厚生センター管内 地域ふれあい交流会



色々なゲームがあって楽しめました。(富夫)

スティックがあちこちに行ってしまうが大変だったけど、楽しかったです。(婦美子)



スティックを使ったゲームの様子



施設紹介の様子

今年も地域ふれあい交流会が東福寺野自然公園にて行われました。中部厚生センター管内の施設やボランティアさんと一緒にスカーフやスティックを使ったゲームをし、交流を深めました。また、各施設の紹介があり、むつみの里も写真をみてもらいながら4人で紹介しました。

10月30日 自衛消防訓練



年に2回行っている消防訓練。今回も地震発後の火災を想定しました。地震中は机やテーブルの下に身を隠し、地震が収まった後は速やかに避難場所まで移動しました。また、火災が発生した場合に備え、実際に水消火器を使った訓練も行いました。

消火器を使う際には5つのポイントがあり、それらを確認しながら行いましたが、焦ると上手く出来ず、戸惑った人もいました。なるべく落ち着いて行動できるように練習しました。



消火器の使い方のポイントは5つ!

- ①火元近くの安全な場所まで消火器をもって移動。
- ②安全ピンを抜く。
- ③ホースを外し、ホースの先端を持って火元に向ける。
- ④レバーを握って放射する。
- ⑤火の根元を狙い手前からほうきで掃くように放射する。



10月17日 健康教室 ～上市川までウォーキング～



仕事の合間のリフレッシュと健康維持を兼ねてのウォーキング。

今回は、であい工房から住宅街を抜けて、上市川までのコース。出発したときは少し肌寒く感じましたが、河川敷についた頃には体も温まっていたので、爽やかに感じました。

川面を眺めながら一句考えている人、魚はいるかな?とのぞいている人など思い思いに過ごしました。ウォーキングをし、リフレッシュできたメンバー。残りの仕事も頑張るぞ!



河川敷にて記念撮影「はいチーズ♪」



いい空気だな～！
外はやっぱりきもちが
いいな♪ (Y・Y)

赤とんぼが飛んでいて。秋の訪
れを感じました。(M・I)



であい工房 & 自然房

出店 & イベントに
参加してきました♪



10月5・6日

とやま環境フェア2019/出展

10月9・10日

こころの健康フェスティバル/出店・参加

10月12日

四ツ葉園祭/出店

10月19・20日

県生協まつり/出店

今年もイベントや出店に声を掛けていただき、参加することができました。ありがとうございました。

四ツ葉園祭



丁寧に接客するように心がけました。(優子)

こころの健康フェスティバル



作品の展示と焼き菓子の販売をしました。マフィンが大好評でした!

とやま環境フェア2019



ぼかし肥(生ごみ堆肥化促進剤)についての展示の様子。

amie通信

ユニフォームを一新しました♪



11月からユニフォームを新調しました。「素敵だね～」とお客さんからも大好評。気持ちも新たに、より丁寧な接客を心がけています。

素敵な色なので、気に入っています。(美咲)

9月20日 家族教室 「地域で支えるケアネット事業」

上市町社会福祉協議会 福祉係長 島田氏をお招きし、ケアネット事業についての話をさせていただきました。

ケアネット事業とは、支援が必要な方を、地域住民や専門職、専門機関とが一緒になって課題解決をはかり、その活動を通して住民参加による福祉コミュニティづくりを推進する事業です。

島田氏は、「上市地域では『みんなで支えあい、みんなで拓くまちづくり』をスローガンに地域住民でチームを作り支援をしているが、担い手の確保などの課題もある」と話され、ケアネット事業について知ることが出来ました。



地域生活支援センター
しねんぼう
自然房

9月19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
バスハイクに参加しました。
9月は、防災月間ということ
で四季防災館へ。地震や煙な
どのいろいろな災害を経験し
ながら、万が一の時のために
日頃から備えていくことが大
切だと改めて学び、また、防
災に関する知識を深めること
が出来ました。移動のバス中
では、懐かしい歌謡曲など
をみんなで歌い、楽しみまし
た。



地震の体験では、地震の波
形がモニターに表示され、見
て、体験できました。揺れに
耐えるのが大変でした。
(直樹)

AEDの体験をしました
腕の角度が難しかったです。
しっかり覚えたいと思いま
した。(土開)



10月16日 健康教室 体力測定

少し緊張しました。
難しかったのは、腹筋、
片足立ちでした。(文雄)



「ふう〜」と息を吐きなが
ら前屈をします。

健康教室では、前屈やバランス、腹筋などの
7種目の体力測定をし、ゲームなども交えて楽
しく行いました。自分の身体を知る良い機会と
なりました。

箸から小豆がスルツと
抜けていったてつまむのが
難しかったです。(裕子)



集中力を測る、箸で小豆をつ
まんでお皿に移動させるゲーム

10月26日 福祉ふれあいフェスティバル 上市町社会福祉協議会



施設発表のハンドベルの様子

秋晴れの中、福祉ふれあいフェスティ
バルが開催され、恒例のアトラクション
やふれあいゲームなどを楽しみました。
施設発表のハンドベルは、「ふるさと」
を披露！練習時間の少ない中、当日は素
敵な演奏が出来ました。

町内の施設、ボランティアなどの方々
とふれあい活動を通して交流を深める
ことができました。また、揚げパンが「出
来立てで、美味しかった」と好評でした。



緊張して少し間違えた
けど頑張りました。(稔)

出張！ 相談無料・秘密厳守・予約優先 こころの安心相談

心の健康についての心配ごとはありませんか？

舟橋村…令和元年 11月22日(金) 13:30~16:00

【場所】舟橋村会館

滑川市…令和元年 12月27日(金) 13:30~16:00

【場所】滑川市役所東別館1階 会議室

立山町…令和2年 1月24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

地域生活支援センター 自然房まで

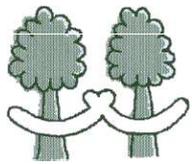
☎(076)473-1644 (担当:佐野)

元気会より

10月25日に行われ
た富山県精神障害福祉サ
ービス事業所連絡協議会
主催の卓球大会に元気会
から2名が参加しまし
た。今回は、個人戦に出
場！みなさんの熱気を感じ、ますます卓球への熱
意がこみ上がっている様
子でした。



日頃の成果が出せず、
悔しい思いをしました。
コツコツと練習を重ね
たいと思います。(M)



社会福祉法人 むつみの里 創立30周年のお知らせ

社会福祉法人 むつみの里は、平成元年8月に
小規模作業所「むつみ共同作業所」として開設され、
本年30周年を迎えます。

2019年11月30日(土)

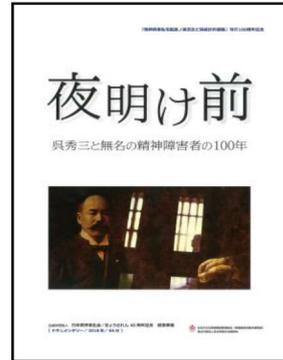
会場 上市町保健福祉総合センター
つるぎふれあい館 2階 研修室
開演 13時30分～
参加費 無料

第1部 式典 13時30分～
第2部 映画上映会 14時20分～15時30分

ドキュメンタリー映画「夜明け前」

◎第60回科学技術映像祭文部科学大臣賞受賞
◎2018年第92回キネマ旬報文化映画ベストテン・第9位に輝く

優秀作品



第3部 記念講演 15時30分～16時30分

『夜明け前を迎える一助として』～今一緒に考えていくこと～



「呉秀三を正確に知って欲しい」、これが本映画企画の最大の動機です。
あの「座敷牢調査」から100周年という節目の力を借りて伝えたかったのです。
「この国に生まれた不幸」が遠い昔のことと信じられる社会をどうつくっていくか、
障害当事者や家族の一人ひとりが本当の夜明けをいかに実感できるか、本映画がそ
の一助になることを願っています。(パンフレットより)

講師 日本障害フォーラム副代表
きょうされん専務理事 **藤井 克徳 氏**

善意感謝

中部厚生センター様
高村様 石坂様 下村様
柿森様 藤縄様

(順不同)

匿名 5名様 ありがとうございました



行事&予定

- | | |
|---|---|
| <p>■ であい工房 ■</p> <p>11月</p> <p>7日 移動販売(舟橋)</p> <p>20日 移動販売(上市)</p> <p>12月</p> <p>未定 健康教室</p> | <p>■ 自然房 ■</p> <p>11月</p> <p>2日 DVD鑑賞&パソコン</p> <p>9日 カラオケ&ゲーム</p> <p>16日 パソコン
&ストレッチ・体操</p> <p>12月</p> <p>7日 DVD鑑賞&パソコン</p> <p>14日 カラオケ&ゲーム</p> <p>21日 パソコン
&ストレッチ・体操</p> <p>28日 座談会&わいわいタイム</p> <p>火曜日:メンバーミーティング</p> <p>年末年始休み:12月29日~1月3日</p> |
|---|---|

- **合同** ■
- 11月9日 みらいぶ元気デー(みらいぶ)
 - 11月13日 合同研修旅行(金沢:キャンワーク見学)
 - 11月30日 創立30周年記念式典&映画上映会&記念講演
 - 11月30日~12月10日 上市町障害者普及啓発事業イベント(つるぎふれあい館)/展示
/出店・相談 11月30日 13:00~16:00
 - 12月7日~12月8日 滑川市障害者週間啓発事業イベント(エール)/出店・展示

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