HSK むつみの里

No.144
2026.3.15

社会福祉法人むつみの里　就労継続支援Ｂ型　であい工房
地域生活支援センターⅠ型　自　然　房
外部利用型共同生活援助　里　の　房

富山県精神障害者スポーツ大会
ボウリング大会
In ゴールデンボウル

２月27日に富山県と富山県精神障害者障害福祉サービス事業所連絡協議会が主催のボウリング大会に参加しました。今年の参加は、少人数でしたが、久しぶりのボウリングを楽しみました。参加者からは、「一年ぶりのボウリングは楽しかった」「次は、ストライクを狙うぞ！」といった感想がありました。





職員研修
事業継続計画（BCP）訓練
感染対策の基本を学びました！

むつみの里の職員全員が感染対策の基本と嘔吐物処理の流れを学びました。

感染対策の基本では、感染経路の80%が接触によるものだと学び、手洗いや消毒の重要性を再確認しました。

嘔吐物処理の流れでは、実際に嘔吐物にみたてた処理を実践し、嘔吐された時に、感染を拡げずに処理する方法を学ぶことができました。





上市町善意銀行より
助成金をいただきました！

ありがとうございました

上市町善意銀行様より、今年も「つながり活性化助成金」と「福祉作業所助成金」をいただきました。

であい工房では、新規作業のためのランドリーバスケットを購入しました。大量の衣類を仕分けして、効率よく作業がすすむようになりました。

また、自然房では、休憩スペースのマットが劣化していたので、衛生的で使い心地を重視したマットを購入しました。メンバーからは、体が楽だと好評です。里の房では、タイムレコーダーを新しく購入しました。購入した物を使って、より良い活動をしていきたいと思います。ありがとうございました。

であい工房



「ランドリーバスケット」

自然房



「マット」

里の房



「タイムレコーダー」

であい工房
就労継続支援Ｂ

出店＆移動販売

１月９日・10日・11日
ハーティとやまinアピア

富山県内の障害者事業所で作った「手作り商品」の販売会、ハーティとやまに参加しました。たくさんの方に手にとっていただきました。

３月は、魚津市ショッピングサンプラザの出店を予定しています。是非お気軽にお立ち寄りください。



上市町社会福祉協議会様よりお餅をいただきました

上市町社会福祉協議会様よりお正月に飾られた鏡もちをご寄付いただきました。鏡もちは、お正月に訪れる神様が宿るとされており、感謝して鏡もちをいただくとご利益があると考えられています。このおもちは、鏡開きにぜんざいにし、みんなでいただきました。

元気で健康に過ごせるように願いを込めていただきました。

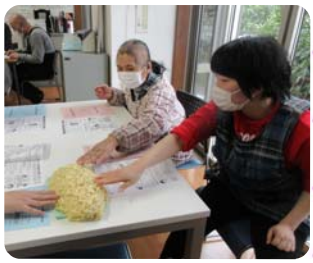




２月１６日 健康教室 ～内臓脂肪について～

血圧測定後、InBody（体組成測定）を用いて、体重のほか、体脂肪率や内臓脂肪レベルを測定しました。その測定結果からどのように生活習慣を改善するかなど日頃の生活を振り返りながら食事、運動について考え、みんなで話し合いました。

また、脂肪の模型を活用し、実際に目で見て手にして脂肪のイメージを持つことで「こんなについているの！」「何個分ついているの！？！」「重い！」などの感想がありました。







２kg分の脂肪のイメージ模型

バレンタイン企画をしました！

今年も、安心・安全な材料を厳選し、バレンタインギフトを販売しました。

今回のちょこっとギフトは、ほんのりピンクのかわいい、いちごマドレーヌを新しくご用意しました。おかげさまで、多くの方々からご注文を頂きました。ありがとうございました。

製造担当の、ももかさんは「一つ一つ丁寧に心込めてこれからも作っていきたい」と話していました。



～バレンタインショコラ 箱入り＆カップ～



限定 いちごマドレーヌ

ámie 通信

～さくらのケーキセット はじめました～

３月より桜のケーキセットを始めました。ほのかな塩味で、さくらの花と葉のやさしい香りに春を感じるパウンドケーキ♪

穴の谷の霊水で淹れたホットコーヒーなどお好きな飲み物と一緒にいかがでしょうか？



Instagram インスタグラム始めました！

喫茶メニューのご案内、焼き菓子や工芸品、駄菓子などのご紹介、イベント情報などを発信していきます。

「フォロー」や「いいね！」などよろしくお願いします。

@amie_salon_comeal



インスタのイメージ図

地域生活支援センター
じねんぼう
自然房

ペットボトルキャップを寄付しました!!



むつみの里へ地域の皆様から届いたペットボトルキャップを、メンバーが点検、汚れがあれば洗浄し上市町社会福祉協議会へ寄付しました。



2月12日 健康教室

今回のテーマは脳トレ！ということで、豆やピンポン玉を使ったゲームとクイズをしました。出来なくても、チャレンジする事で脳にたっぷり刺激が与えられるそうで、真剣に取り組んでいました。



脳トレクイズ



玉をスプーンで渡すゲーム



箸で豆を移動させるゲーム

富山県「北日本放送」社会福祉事業基金より物品をいただきました！

ありがとうございました

12月24日に、県民会館にて物品贈呈式があり、ノートパソコンとプリンター一式をいただきました。

自然房のプログラムにあるパソコン教室で、使用させていただきます。ありがとうございました。



開催します！ 自然房 地域交流事業のご案内!!

あの！社会人落語家集団「ばららくご」の

安野家仁楽斎さんとぷぅ風亭みるみるさんによる 落語会

【日　時】2026年3月19日(木)
10:30~11:30
【会　場】三日市コミュニティーセンター
2階
【参加費】無料



安野家仁楽斎



ぷぅ風亭みるみ

ご予約・お問合せは
地域生活支援センター　自然房まで
☎　076－473－1644

主催：社会福祉法人むつみの里　自然房
共催：つるぎの里家族会

スーパーMan



―糸電話―

であい工房メンバー最年長のＦさん。８０代でジーパンをはいて黒いカバンを斜めにかけて毎日元気に通っている。最近、足が痛かったり、耳も遠かったり、目も見えにくかったり…するけれど、とても８０代とは思えない若々しさがあって食欲も好奇心もとても旺盛な方である。

日々の作業では、時々入る給食当番がある。３０食分のご飯や味噌汁の盛り付けをスピーディーにこなし、手が空けば率先して洗い物をしたり、食器を拭いたり…機転の効いた動きで大活躍しておられる。

また、工芸の時間には色糸を使っていろんな模様で雑巾作りをしている。縫い物もとても上手で、老眼鏡をかけながら頑張っておられる。大きくて分厚い手からは想像できない器用さと仕事の速さ！最近、少し耳が遠くなってきたせいで「えっ？」と言う回数も増えて、時々暴走してしまう事もあるが…いつも真面目で穏やかでモクモクと作業している姿には感心させられる。

Ｆさんをみていると、彼はスーパーMan じゃないの！！と思う。８０代にして日々の生活の中に行くべき所あって、やるべき役割があって、仲間達がいる。家族がいる。そういうものを大切にしてきたからこそ今、生き生きとしておられる。私自身、これからの人生を思う時に見習う事がいっぱいあって、だから「自分もまだまだ行ける！」と思える。これからもスーパーMan に負けないよう共に日々を過ごしていきたい！

め組の女（ひと）

善意感謝（順不同）

上市町善意銀行様
シーピーシステム様
上市町社会福祉協議会様
中部厚生センター様
酒井様　佐伯様　河上様　寺松様　高村様
池田様　樋口様　岡崎様
匿名　１名様

ありがとうございました

編　集　人：社会福祉法人むつみの里
　　佐伯・碓井
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
　　https://www.mutuminosato.jp

行事＆予定

■であい工房■

３月

１３日～１５日　ハーティとやま
（魚津ショッピングスクエアサンプラザ）

４月

未定　花見

■自然房■

３月

１１日　おでかけランチ
１２日　おでかけランチ
１９日　地域交流会
未定　ごみゼロ運動
第１火曜日　ゲームデー
第３金曜日　クイズデー

４月

未定　花見
未定　健康教室
未定　ごみゼロ運動
第１火曜日　ゲームデー
第３金曜日　クイズデー

■　amie(あみ)　■

定休日：日曜日・月曜日
（祝日は、営業します）

営業時間（時短営業中）
平日　10:00 ～ 16:00
（ラストオーダー15:30）
土・祝日　10:00 ～ 16:30
（ラストオーダー16:00）

■合　同■

３月１０日～３月１２日　富山刑務所　刑務官実習　２名
３月１８日　内水氾濫による避難訓練