山海平野！ToMo 区分会報

2023 年度　社会福祉法人道南福祉ねっと　2023 年　4 月　1 日（土）発行　第 32 号

4 月 行 事 予 定

4 月 2 日（日）GH ミーティング（明日へ）
4 月 5 日（水）工賃支給日
4 月 9 日（日）GH ミーティング（なのか）
4 月 16 日（日）GH ミーティング（かけ橋）
4 月 17 日（月）防災訓練（ToMo ハウス）
4 月 19 日（水）防災訓練（つばさ・ALL ハウス）
4 月 23 日（日）GH ミーティング（そら）
4 月 25 日（火）防災訓練（えーる）
4 月 26 日（水）ToMo レクリエーション
4 月 29 日（土）昭和の日（法人休業日）
4 月 25 日（火）GH ミーティング（すみれ）

新型コロナウイルス発症から 3 年、外出自粛や行動制限等でストレスを感じている事と思います。又、個々の活動も室内ですることも多くなり不満や焦りも出て、精神的不調になる方もいらっしゃいますので、気持ちを受けとめ試行錯誤の日々です。

体調面でも寒い日が続くので、体調管理には十分に注意してください。体調を良くするには腸を丈夫にすることが大切です。腸内には数千兆の菌が存在し、腸内フローラと呼ばれその菌を整えることが大切です。便秘や下痢等も腸内環境の観点で見ることも発見があります。どうすれば整えることができるか、野菜を食べる事も必要ですが、発酵食品を食べる事です。（ヨーグルト・納豆・チーズ・糠漬け等）そして、身体を動かすことも必要です。身体を動かすことで腸も動き便通の改善効果が期待できます。

また、体力低下を防ぐために、利用者のみなさんと地域散策等、歩く事を通し体力づくりに取り組んでいます。

さて、えーるには新人職員工藤隼（くどうしゅん）さんが配属されました。特技はギターで、現在はウクレレ活動の中心を担い、楽しく演奏しています。宜しくお願い致します。

3 月のレクでは、中華料理「龍青」さんの豪華で大変美味しいお弁当を食べました。その際、職員と利用者のみんなでウクレレ合奏を披露しました。ダンボールで制作の打楽器もあります。感動しました。今後も心を込めてえーるの活動を行っていきたいと思います。

[龍青さんのお弁当・・・幸せだなあ]

七飯町にも美しい桜が咲く季節がやってきます。きっと皆さまの心にも桜が咲き、綺麗で平和な、崇高な、元気な日常でありますようお祈り申し上げます。

桜が咲くよ　あなたのもとにも

文責　支援員　上谷　誠

山海平野！PORT 区分会報

2023年度 社会福祉法人道南福祉ねっと　2023年４月１日(土)発行 第32号

４ 月 行 事 予 定

４月　５日(水) 工賃支給日
　　ホームミーティング(GH ひなた)
４月１２日（水）
　　ホームミーティング(GH かりん)
４月１３日（木）ＮＥＷハウス防災訓練
４月２５日（土）
　　ホームミーティング(GH あさがお)
４月２９日（土）昭和の日（法人休業日）

３月から新型コロナウイルス感染症対策が、規制から緩和へと新たな段階に入りました。これまで生活に不可欠だったマスクは会話の有無や屋外、距離といった条件付ではずすことが可能となり、日本社会がゼロコロナからウィズコロナへと変化しようとしています。皆さんの生活も徐々に以前の状況に変わっていけるかと思います。活動の幅もより広がり、楽しみも増えるでしょう！その為には、道南福祉ねっととしては、感染予防は、これまでと同様マスク着用、手洗い、消毒、3密回避をやっていきます。

又蔵さんち最近の様子

メンバーが増えてみんな頑張ってます

12月から「又蔵さんち」のメンバーが増えて賑やかになりました。一階の喫茶業務の他に、2階では、店内装飾の貼り絵や折り紙作品、紙の作品等いろいろな作業に取り組んでいます。

時には、東北容器さんからの受注作業でシール貼り作業があります。納期に間に合うように、1 階 2 階ともシール貼り作業中心となります。納期に間に合ってほっとする瞬間がたまらないですね。

日頃の様子をご覧ください

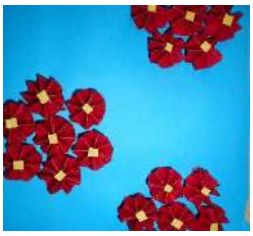
避難訓練（地震・火災）

揺れがおさまる迄机の下に避難

今回は、又蔵さんちの通路で避難完了

新メンバーもシール貼り作業

店内装飾用の作品



「又蔵さんち」の様子いかがでしたか。
これからもいろいろな作業に取り組んでいきたいと思います。

文責　　主幹　慈道　博子

山海平野！WORK 区分会報

2023 年度　社会福祉法人道南福祉ねっと　2023 年 4 月 1 日（土）発行　第 32 号

4月 行 事 予 定

4 月 5 日（水）　工賃支給日
4 月 14 日（金）WORK、ながま～るレク
4 月 23，29 日　GH ノエルレク
4 日 29 日（土）昭和の日（法人休業日）

やっとコロナウィルスの感染状況も落ち着き始め、3 月 13 日よりマスク着用が屋外問わず個人の判断となりましたが、世間は戸惑いもあるようです。コロナウィルスが収束したわけではなく、当施設ではこれからもいままで同様「マスクの着用・手洗い・うがい・換気」を継続し感染しないよう努めて参ります。

力を合わせて☆

就労支援センターＷＯＲＫハウス、CREATE ハウス及び地域活動支援センターながま～るでは、いか塩辛ラベルや発泡スチロールへのシール貼り作業が大忙しです。フイルムからシールを剥がす人、そのシールを貼る人、剥がしたフイルムにシールの残がないか点検する人、作業分担しながら凄い集中力で余裕を持っての納品！！一人で出来ない作業もみんなで力を合わせると出来る事が増える…これからもみんなで頑張るぞ。

新商品の販売

創作活動として 4 月より本格的に新しい商品に取り組み、移動式ポケット、巾着袋などの販売を致します。商品の作成から包装、販売用 POP 作りも行っています。

一人一人個性があり、商品だけでなく POP などもご覧下さい。
保育園・幼稚園・小学校・習い事などで使用するバック等も生地の持ち込みでのグッズオーダーも承っております。
地域との交流も兼ね、法人の理念でもある「共に**支え合い**、共に**生きる**。」を目標にみんなで活動しています。

アイス　レク

3 月 3 日には 31 種類のサーティワンアイスクリームを注文し、WORK ハウス・CREATE ハウス・ながま～るで 3 時半の休憩に頂きました。種類が多く悩みながら普段中々口にできない高級アイスクリーム、浅利統括おすすめのナッツトゥユーは誰もチョイスせず…（笑）。

でも、どれもとても美味しそうで、普段作業を頑張っている自分へのご褒美として頂きました♡

先日 3 月 11 日東日本大震災から 12 年目、忘れもしない出来事です。最近また地震も多くあり防災対策に一層目を向けいざという時に備えましょう。

文責　支援員　高田　寿子