

# 2012. 11月号 広報～風・菜・樹 ふなき便り

社会福祉法人 扶老会 障害福祉サービス事業グループ

## 行楽の秋ですね♪

11月3日、ハイツふなきは「あゆみの会」で福岡に行ってきました！九州国立博物館や太宰府天満宮、福岡タワーを見学しました。



日本とアジア諸国との交流の歴史に焦点を当てた展示品を皆さん真剣に鑑賞しておられました！私たちの印鑑は丸いのに、どうして朝鮮王の印鑑は四角なの？と、展示されていた朝鮮王の印に興味津々でした♪



九州国立博物館から徒歩で行ってきました。立派な社です！！肌寒い季節ですが、天候にも恵まれ、歩くのが気持ち良いとの感想もありました。



福岡タワーでは展望台で海やYAHOOドームを上から眺めることができました。記念のスタンプを押したり、記念メダルを作っている利用者さんもおられました！



11月10日（土）にヴィラふなきのバス旅行へ行きました！天気はあいにくの曇りでしたが、雨には降られずに最後まで回ることができました。



最初の行き先は島根県津和野町です♪  
イチョウも色づき始めています。津和野の街並みとも良い相性で、風情ある小京都を堪能できました！



お昼は、船方牧場でバーベキューを頂きました。天井にたくさんのブドウが実をつけている素敵な場所で食べるお昼は格別です♪



お昼の後は、「中尾りんご園」さんでリンゴ狩りをしました！  
甘くておいしいリンゴが食べ放題でした♪  
最後は「SLやまぐち号」です。やはり迫力がありますね！利用者さんからも「おお～」と歓声が上がりました♪





# 予約開始!

今年も「おせち」と「オードブル」の予約を始めました。数に限りがありますので、ご注文はお早めに!

問い合わせ：レストラン&パン工房 サムラ  
TEL0836-67-0171

～おせち～



11,000円 (税込)

数量限定	100個	伊勢エビのミソ	ネーブル焼き	有頭の老の煮	鰯の照り焼き	烏鰆の甘酢和え	黒豆	栗きんとん	かぶと人参のなます	伊達巻	数の子	飯蛸の煮物	蟹爪	昆布巻	チキン	松風	ガラントイヌ	くわい松笠	赤白蒲鉾	ローストビーフ	叩き牛蒡のアーモ	インド和え	計十八品
------	------	---------	--------	--------	--------	---------	----	-------	-----------	-----	-----	-------	----	-----	-----	----	--------	-------	------	---------	----------	-------	------

～オードブル～

数量限定 60個

有頭の老の煮	鶏の唐揚げ	海老のアーモン	ド揚げ	烏鰆の甘酢和え	枝豆	ポークウインナー	ローストポーク	ミートボール	帆立のべールコン	巻の照り焼き	鰯のモリク	鴨のモリク	出し巻き	計十二品
--------	-------	---------	-----	---------	----	----------	---------	--------	----------	--------	-------	-------	------	------



5,000円 (税込)

受付期限：12月21日(金) なくなり次第受付終了となります。 ※掲載写真は昨年のもです。  
お渡し日：12月31日(月) 11:00~15:00  
※受け渡しは「レストラン サムラ」のみとなり、個別の配達は承っておりません。

## メンバーさんQ&A!

今回は「今年やり残した事」というテーマです!

ハイツ

- ・パソコンのマスターができなかったので来年はマスターしたいと思います。
- ・ゴルフの道具を買ってスコア100以上を出したかったー・・・来年はやってやるっ!

ヴィラ

- ・なかなか部屋の掃除が出来なかったので、今年中に掃除をしてすっきりした部屋で新年を迎えたい。
- ・お菓子を食べすぎてしまったので、これ以上太らないようにダイエットを頑張りたい。

センター

- ・チロルチョコを食べていない!?・・・来年は・・・

サムラ

- ・今年はセーターを編むぞと思いながら、この何年か編まないで冬が過ぎていきます。
- ・サッカーで優勝できなかったこと。来年こそは優勝するぞ!!

## スタッフちゃんねる



こんにちは♪8月からサムラで生活支援員をしている熊田茜です。九州から引っ越してきて早いもので4ヶ月、山口での生活を満喫しています。

そんな私の趣味はバイクツーリングで、主に車に乗るようになった現在でもバイクだけは手放さずに大切に乘っています。

特に船旅、バイクでフェリーに乗る瞬間が大好きで今までいろいろな所を巡ってきました。山口県は結構広く見所も沢山あるようなので、暖かくなったらツーリングの計画を立てようかなあと考えています。おすすめの場所があったら是非教えてくださいね!

ちなみに冬は寒いのでバッテリーを外してバイクは冬眠です。そして、バイクに代わって冬の趣味スキーに没頭します。雪が降って寒い季節、風邪をひかないように乗り切りましょうね!



# インフルエンザにご用心

インフルエンザの流行時期がやってきました。みなさんはどんな対策を取られていますか？いくつかの予防法をご紹介しますと思います。毎日の生活の中で意識して気を付けることで、かなりの確率で予防できます。流行する前にウィルスに強い身体を作り、元気に冬を乗り切りましょう。

## ①栄養と休養

疲れたたまったり睡眠不足が続いていると感染しやすくなります。バランスのよい食事を摂り体力を保つことはとても大切です。

## ②外出から帰ったら手洗い、うがい

手に付いたウィルスを口に運ぶことで感染します。まずは手洗いをしっかり行って下さい。流水と石鹸で15秒洗いましょう。次にうがいです。うがいにはのどの乾燥を防ぐ効果もあります。緑茶、紅茶、ウーロン茶などに含まれる「カテキン」にはウィルスの繁殖を抑える働きがあるので、お茶でのうがいはおすすめです。

## ③湿度を保つ

ウィルスは湿度が40%以下になると感染力を増します。加湿器や洗濯物を室内に干したりして湿度を50%～60%に保ちましょう。

## ④人込みを避ける

外出時にはマスクを着用しましょう。ウィルスを吸い込むことを防ぎ、感染した時他人への感染を防ぐ効果もあります。

## 榎谷施設長の I Can do it!

焦った！ ～資格の必要性を実感したとき～

福祉系国家資格の試験が近づいてきました。今年も多くの方が受験されることでしょうか。取得を目指す理由はそれぞれだと思いますが、私が必要を感じたのはこんな出来事があったからです。

私は、元々は福祉を目指していたわけではなかったのですが、資格どころか「福祉」という言葉さえも知りませんでした。そんな状態でこの世界に足を踏み込んだこともあり、職場で先輩同士が会話をしているときさっぱり意味が分からなかった。（例えば「社協：社会福祉協議会」を「映経」と思い込んでいたなど）

私の父は、常に「資格を取れ。資格を取れ」と私に言っていました。正直、職場ではその必要性を全く感じていませんでした。日々、施設のプログラムに沿った支援と作業。利用者さんたちは、年下の私の言うことでも「職員」というだけで指示に従ってくれていたのです。

そんな私は転勤で相談支援事業所での勤務になりました。前の職場と違い、対象者が地域で生活されている方々になったのです。

その事業所の行事で、利用者さんに「榎谷さんは何（の資格）を持っているの？」と聞かれたのです。福祉の世界で働くようになって5年・・・未だ無資格だった私は、とても恥ずかしく情けなかったのですが、それ以上に「不安」が襲ってきたのです。

その日までの私は「職員である」ということだけを盾に仕事をし、利用者さんと仲良く過ごせば特に資格の必要性を感じることはありませんでした。しかし、地域で生活されている方々は、日常生活の相談を病院のワーカーや市の保健師などの有資格者に相談しながら問題を解決しているのです。「相談支援事業所の職員なのに、誰も自分に相談に乗ってほしいと思ってくれないのではないかな」という不安に駆られ、とても焦りました。それから私は資格を取り始め、現在に至っています。あの時、あの利用者さんに「何を持っているの？」と聞かれなかったら、資格の必要性について考えることはなかったかもしれません。また、その資格の必要性を感じる事業所に転動していなくても、今の私にはなれなかったと思います。

資格はただの金バッジでも、施設の加算のために取得するものでもなく「支援対象者から必要とされる職員になるためのもの」ではないかと思っています。そこから初めて「自分の理想の職員へのスタート」が切れるのではないのでしょうか。

## CHECK!



〒757-0216

社会福祉法人扶老会 障害福祉サービス事業グループ

- ・ハイツふなき (0836)67-0188 自立訓練・宿泊型自立訓練・就労継続支援B型
- ・ヴィラふなき (0836)67-1883 グループホーム・ケアホーム
- ・生活支援センターふなき (0836)67-2464 相談支援事業・日中一時支援
- ・サムラ (0836)67-0171 就労移行支援事業・就労継続支援B型

ホームページ <http://www.furoukai.jp/>

ブログ <http://www.furoukai.jp/cms/heightsfunaki/>