

2015.
3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部

【いろんなお話を聴こう！】

ハイツふなきでは毎日、生活訓練としてのグループワーク（日中活動）を行なっております。活動のプログラムでは必要に応じて事業所外の地域の方のチカラをお借りすることができます。利用されている方にとって、プラスになる社会資源を活用し、これからも支援のネットワークを築いていきます。

✿ ハイツふなき OB発表会

ハイツふなきの宿泊型自立訓練の利用を経て、現在は地域で一人暮らしをされている当事者の方をお招きし、発表会を行いました。

ご本人も当日までに準備をしっかりとされ、これまでの経験をじっくりと話をされ、職員も興味深く聞くことができました。その中で、参加されたたくさんの現利用者に現在の様子からの生活上のアドバイスやハイツふなきで他利用者と出会えたことが素晴らしい思い出という内容を熱烈に伝えられました。特に『当たり前に福祉のサービスがあるのではなく、私たちは支えられているという事を忘れてはならない』という印象的なメッセージを伝えられました。私達職員もすべてが当たり前ではなく、利用者に支えられているという事、また利用者を支えているという自覚を持って職務に当らなければいけないと感じる瞬間でした。

利用者にとってハイツふなきで生活する意義を再確認する機会にもなりました。私達職員としても皆さんにこの場で感じたことを今の生活に活かすことができるよう、支援をさせていただきます。

地域で生活するにあたり、良い事ばかりではなく、つらい事や苦しい事もあるとは思いますが、持ち前の長所や明るさをもって、生活を満喫し、楽しく充実した生活を営めるよう願っています。



● 地域生活を実現された元ハイツ利用者さんの話は良い刺激に。



● 顔見知りもいる中、堂々と発表していただきました。

✿ 宇都市出前講座～食育のはなし～

ご自分の食生活を見直すことってありますか？

食事を減らしているけど痩せない…どうして体重が増加するのかわからぬ…正しい食生活を知りたい…そんな利用者の方からの声があり、宇都市役所の出前講座「食育のはなし」を依頼しました。

まずはBMIの計算をしていただき、自分の体の状態を確認し、「正常値だった！」「肥満の部類に入ってる！」と一喜一憂ありました。また、パンや清涼飲料水などの身近な食べ物のカロリーの説明があり、参加された利用者からは今後は間食を減らしていきたいといった感想がありました。



● 主菜・副菜・主食の分類を写真を使ってわかりやすく解説していただきました。規則正しい食生活を学びました。

✿ 就労支援セミナー 参加！

2月から3月にかけて、全部で3回開催された「精神障害者及び支援者を対象にした就労支援セミナー」に参加してきました。今回のセミナーはハローワーク宇部の主催で、精神に疾患をお持ちの方限定のものであるため、あまり人と接すること得意としない利用者でも行ってみようかなという気持ちになったようで、サムラから数名の利用者さんが参加しました。

全3回の内1回目は支援者対象のセミナーではありましたが、2回目のセミナーでは山口障害者職業センターからのカウンセラーの方が来られ、就職する際の準備支援について詳しく話されました。また、3回目のセミナーでは実際に参加者がグループになり、当事者同士で「就職しようと思っているがその上で何から始めたらよいか」、「体調を崩さないようにするにはどうしたらいいか」といった精神に疾患を抱えている方ならではの悩みを共有し、初対面であっても話しやすい環境の中で、就職をより意識する為の良い経験となりました。

セミナーでは自分を振り返ることが出来るチェックリストで自身の性格を周りの人と振りかえる作業もありました。自分が思う性格や出来ると思っていない作業であっても、周りの人と振りかえることで実は出来ているという作業が見つかり、普段褒められていると感じていない利用者が嬉しそうな表情を見せる様子もありました。



✿ 地域行事を楽しむ ~おひなさまめぐり~

3月6日、生活支援センターの日中一時支援で厚狭の“おひなさまめぐり”に行ってきました。生活支援センターでは毎年日中一時の行事として厚狭の商店街のお雛様巡りを行っています。

厚狭のおひなさまめぐりは正式名称は“厚狭ねたろうの里 おひなさまめぐり”という名称で、厚狭駅前商店街内に雛人形やさげもんが展示されます。土日を中心にお雛様グッズの販売やお茶の接待が行われたり、近隣の幼稚園、保育園のお雛様の絵が展示されたりしています。また、スタンプラリーもあり、6個スタンプを集めると抽選でプレンゼントが当たるとあって、利用者の皆さんもがんばって厚狭の商店街を回ってスタンプを集められて、応募されました。

当日は雨も降りませんでしたが、まだ寒さが少し残る中厚狭の街中のきらびやかな雛人形を見られて楽しまれていきました。

厚狭のおひなさまめぐりも今年で17回目ということで、これからも地域の季節のイベントとして長く続いて欲しい、と思います。



✿ 第3回 めんたるピンポン♪

3月3日に宇都市障害者ケア協議会精神部会主催による『第3回めんたるピンポン』が行われ、宇都市内の6事業所から個人戦では16名、団体戦では5チームが参加し、熱戦が繰り広げられました。

生活支援センターふなきからは日中一時支援の利用者が、個人戦・団体戦に参加されました。惜しくも入賞はなりませんでしたが、皆さんがんばってプレイをされていました。

最後はお楽しみとしてスリッパ卓球が行われました。ラケットと違う感覚で、皆さん笑い合いながら楽しまれていました。

ちなみに今回優勝メダルとして贈呈されたのはサムラで作ったクッキーメダルです。



✿ ボウリング♪ ~ヴィラ余暇活動~

ヴィラふなきでは居住されている利用者の生活の充実を目的として、月1回、余暇支援の一環として外出等の活動を行っております。

2月には利用者さん7名と一緒にボウリングをして参りました。2ゲームを行い、皆さんとても上手にボウルを投げられ、1位の方は2ゲームでスコアが270を超えるました！

ボウリングには様々なサイズのボールがあり、体格に合わせて、或いは投げる力やスピードに合わせて選ぶ事が出来ます。ちょっとしたコツや軌道がスコアを左右します。その点では老若男女問わず、皆さんで楽しむ事が出来ます。

また、ボウリング場は横に幅があり、広々としています。そんな開放感がある中で、参加された皆さんはとても良い笑顔でプレイされておりました。



スタッフちゃんねる



自慢のパンを
ご賞味下さい！

サムラの田中教江と申します。私は興味のある物や会いたい人には、県内外問わず直接足を運び、会うようにしています。そこでご縁が広がり、多くの学びや気づきがあり、日々楽しんでいます。

“運命は人から運ばれてくる”

山下義弘さん（通称ビリーさん・営業コンサルタント。人の話を聞く事の重要性について全国でセミナー等開催）から教えていただいた言葉です。まさにそうです。縁あって出会えた仲間はすばらしい存在で、一人では気づけなかつた事を教えてくれる。これからもご縁を大切にして人生を楽しみたいです。

今年はサムラ創立10周年という節目の年となる為、皆様に喜んでいただけるパンを作りたいと思いますので、どうぞ宜しくお願ひ致します。

春季フリーマーケット開催要項！

4月12日（日）、第34回地域交流フリー
マーケットを開催します！

毎回出店者の皆様やイベント出演者の皆様
をはじめ、多くの方々のご協力により開催さ
れています。今回も太鼓やチア等のステージ
イベントや恒例の無料豚汁、bingo大会等、
見所が盛りだくさん！当日は会場で一緒に樂
しみましょう！

皆様のご来場を心よりお待ちしております。

開催要項

【日時】 平成27年4月12日（日）8:30～14:00

【場所】 宇部市大字船木833-21

社会福祉法人扶老会

障害福祉サービス事業部 敷地内

出店

焼きそば、焼き鳥、うどん、フライ
ドポテト、ジュース、フランクフル
ト、せんざい。無料豚汁

イベント

- ・太鼓
- ・チアリーディング
- ・bingo大会

次長の主張

「一月は行く、二月は逃げる、三月は去る」という言葉がありますが、まさにその通りで新しい年度を迎える時期になりました。また、卒業、入学、入社といった人生の転機の季節でもあります。私事ではありますが、娘が4月から親元を離れ、新社会人の第一歩を踏み出します。喜ばしい気持ち半面、寂しさもあり複雑な心境です。遅刻をしないだろうか、ちゃんと食事を摂るだろうか、上司に可愛がられるだろうか、仕事で失敗しないだろうか、等々心配は尽きません。しかし、成長の過程での失敗や挫折は付き物であり、その経験が成長には必要であると思います。色々な経験をして、次に帰省した時には少しだけ大人になった娘の姿を見られる事を楽しみに、遠くからエールを送り続けようと思っています。

ハイツふなき・ヴィラふなき次長 土田 美由紀

若年寄になってきたのか春と秋には重度の花粉症の症状が出るようになりました。普段から落ち着きのない私は家が静かでよいのですが、仕事では員になるわけにはいかないので苦しいところです。日頃の不摂生も影響していると思われますので適度な運動と健康的な食事を心がけていこうと考えています。

以前、地域移行を考えていたときは精神科病院や施設での生活が数十年に及ぶ人に対して、家事全般や公共交通機関の利用ができなければ難しいということで外出での支援も含めてかなりの時間を要していました。しかし最近の地域での生活はかなり便利となり、校区単位ぐらいにコンビニエンスストアがあり自炊できなければ地域移行できないとは言い切れなくなりました。福祉サービスも充実して、生活のしづらさを感じることに対して必要な支援を受けることもできるようになりました。利用者の方が希望される地域での生活を豊かに過ごすことができるよう、相談支援専門員は福祉サービスの利用だけに固執することなくインフォーマルなサービスを柔軟に活用できる発想を求められているように感じています。

豊かな生活に慣れてお腹周りがふくよかにならないように自身にも厳しさを追及していかなければと思う今日この頃です。

生活支援センターふなき次長 牧 憲一郎

ご存知の方も多いと思いますが、先日「うべ福祉まつり」が開催されました。継続支援ワーキングチーム（宇部市が独自で実施しているチームで、このことはまだ後日詳しくご紹介したいと思います。）のメンバーとしてサムラからお弁当100個、クッキー100個を販売させていただきました。結果としては完売となり、誠にありがとうございました。お客様からは非常にあたたかい声もいただきました。「レストランにもよく行っている」「サムラの弁当なら間違いない美味しいから大丈夫」等々、販売していて非常に有難かったです。AM11:30にはお弁当が完売、PM12:30頃にはクッキーが完売しましたのでこんなに売れるものなのかと驚きましたし嬉しかったのですが、その反面ではお弁当が最短時間にはない状態でしたので来店されたお客様には非常に申し訳なかったと反省しております。今回の経験を活かし今後さらにお客様に喜んでいただけるお弁当等をご提供させていただきたいと思います。

サムラ次長 小松 耕史

CHECK!

〒757-0216

社会福祉法人扶老会 障害福祉サービス事業部

山口県宇部市大字船木833

(0836)67-0188 自立訓練・宿泊型自立訓練・就労継続支援B型

(0836)67-1883 グループホーム（介護サービス包括型）

(0836)67-2464 相談支援事業・日中一時支援

(0836)67-0171 就労移行支援事業・就労継続支援B型



ハイツふなき

ヴィラふなき

・生活支援センターふなき

サムラ

ホームページ <http://www.furoukai.jp/> ブログ <http://www.furoukai.jp/cms/heightsfunaki/>