

# にじのかけはし

vol.

49

2020.03



発行年月日  
令和2年 3月31日

発行  
社会福祉法人 安房広域福祉会  
〒294-0231 千葉県館山市中里291  
TEL 0470-28-2422  
FAX 0470-28-2424  
<http://www.nakazato.or.jp/>

たくさんの人たちから「おめでとう」と  
言つてもらえてうれしかつたです。  
ありがとうございました。  
新成人代表 中里ワークホーム  
渡邊まゆみ

# 令和初の成人式を迎えて



主任

豊崎 千恵

1月15日、澄み渡る青空の元令和を迎えた初の「新成人を祝う会・新年会」が開催されました。今年はワークホームから1名、ワークス館山から1名、桜の里から2名の計4名の方が成人を迎えるました。キリッとしたスマート姿、艶やかな振袖姿を見ただけで「大人になったなあ」と時の流れを感じました。また、大勢の来賓の方々、ご家族、利用者、職員の中を堂々と歩く姿、名前を呼ばれた時の大好きな返事、家族やお世話になった方達への感謝の言葉を述べる際の姿と、大人になつてく彼らを見て思わずウルつとしたのは私だけではないと思います。これから続く長い将来を少しでも光り輝くものになるようこれからも見ていけたらと思いました。

そして、新年会は里見先生のお弟子さんによる演舞からスタートし、先輩利用者の方達からの合唱と宴は最後まで楽しく過ぎていきました。成人を迎えた4名の方達、ご家族の皆様本当にありがとうございました。

# 法人研修会

企画委員 安西 裕介



2月15日、法人研修会を実施しました。今回の内容は「アンガーマネジメントについて」と「同法人ワークス館山の事業所紹介」を行いました。「アンガーマネジメントについて」では、一般社団法人アンガーマネジメント協会会員の竹内由紀子氏をお招きし、ご講義いただきました。私達は、自分の理想や経験の中で「こうあるべきだ」と考へ行動をしていますが、その理想と現実にギャップが生まれた時、感情表現として怒りが現れ、時として他者との論になってしまることがあります。そこで大切なことは、自分の「こうあるべきだ」と相手の「こうあるべきだ」を認識し、現実を受け止め、認めた上で自分に何ができるか考えてみることが大切のことでした。行動のコントロールでは、怒りの感情は長くても「6秒」であり、衝動的に相手に物を言うのではなく、まずは「6秒間をおくことや、場合によってはその場を離れる(トイレへ行く等)ことも効果的のことでした。私達現代人は、嫌な事が起きたら「ムカつく!!」で片付けてしまいます。表現がこのフレーズだけになってしまふと怒りの強度が上がってしまうことなので、表現が適切に相手に伝えられるよう自分の気持ちを素直に相手に伝えることの大切さを学ばせていただきました。



こすもす

## つくしんぼクラス修了式

児童支援員 齋藤伸枝

2月26日はつくしんぼクラスの修了式でした。お子様達の一年の成長をお祝いする日です。この日のために、お子様達は練習を重ねお母さんへのサプライズプレゼントを作つて準備をしてきました。施設長からお名前を呼ばれ修了証書を受け取る姿、サプライズの手作りフォトフレームをプレゼントされた保護者の皆様の笑顔を見て、この一年、お子様達の成長を共に感じられたことをとても嬉しく感じられた一日でした。



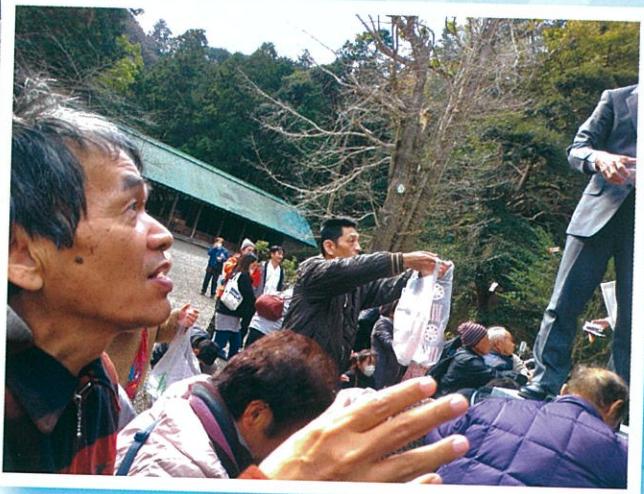
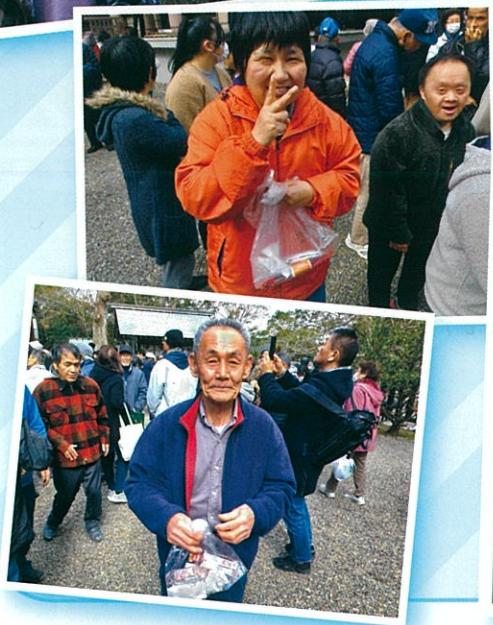
## 中里の家

### 福を招こう節分祭！

支援員 庄司 裕俊

「鬼は外！福は内！」2月3日といえば皆さんはもうこれしか浮かばないでしょ。そう！節分ですね！今年も安房神社で毎年恒例の節分祭が開催されました。私たちは中里の家から意気揚々と向かいました。小さな袋から大きな袋まで何枚もの袋を持ちながら、なぜ袋を持って行くのかって？それは豆の入った袋やお菓子を投げてくれるからです！投げられた豆やお菓子をみんなで夢中になって拾つた結果、持参した袋にはたくさんの豆やお菓子がいっぱいになりました！拾った豆やお菓子は中里の家に持ち帰り、皆で分け合って食べました！

令和2年、良い年になりますように！



## ケアホーム平砂浦

### いざ広島へ初ひここう ～呉・おこのみやき・げんばくドーム～

ケアホーム平砂浦 落合正文

2月12～13日に、広島へりょこうにいきました。はじめてひここうきにのりました。のったとき、下に見える家やふねが小さく見えました。またのりたいです。

呉のきちにいきました。みんなでカレーをたべておいしかったです。まるは、おこのみやきをたべました。広島のおこのみやきがゆうめいだとはしらなかつたので、お店がいっぱいあっておどろきました。

げんばくドームをけんがくして、どうしてげんしばくだんなんてあるのだろうとおもいました。広島のつぎにながさきにも…なぜなのだろう。どうして日本にげんばくがおとされたのか、ぼくはもうとしりたりました。らいねんは、ながさきへいってみたいとおもいます。



## ケアホーム 平砂浦

### 大島一人旅

ケアホーム平砂浦

山田 和満

2月12日、伊豆大島へ一人で旅に行つてきました。館山から高速ジェット船に乗り片道55分の船旅です。到着してまずは、椿を見学しました。大きな花から小さな花、ピンクや白など…とても多くの品種があることを知つておどろきました。

一人で旅をするのは初めてでした。が、とても楽しくて、また行きたいなと思っています。

わからることは周りの人々に聞いて、道もおしえてもらいました。とてもよい経験となりました。

お昼に食べた金目鯛の煮つけがおいしかったです。



## ワークス 館山

### 綺麗な河津桜

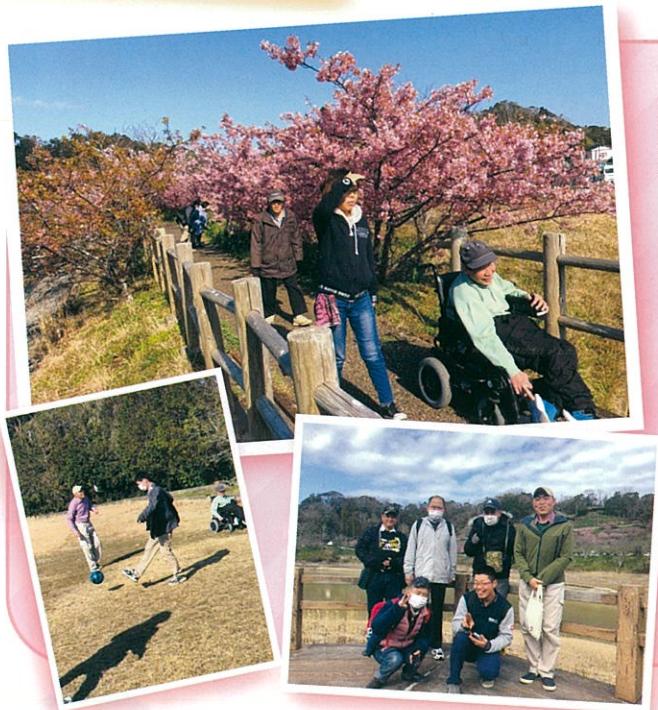
支援員

戸田 幸輝

2月24日の余暇支援は、鋸南町の佐久間ダムへ行きました。この期間は桜祭りが開催中ということもあり、たくさんの観光客で賑わっており、やつとの思いで車を停め、桜祭りを見学。まずは高台の展望台を目指しました。皆さん体力が有り余っているのか、スイスイ上り他のお客さんを抜かす勢い。途中に咲いている河津桜をカメラで撮影していました。

午後からは桜の里へ。こちらの河津桜も満開を迎えており、とても綺麗に咲いていました。桜を眺めながら山本の堰を一周した後、グランドでサッカー。皆さんの体力と運動神経の良さに驚きました。

これからも皆さんのが楽しめる余暇支援を計画したいと思います。



## こすもす

### リハビリの先生に 講演していただきました

児童指導員

馬田 佳輔

こすもすでは毎年、つくしんぼクラス(未就学児対象)のご家族に向け、お話を実施しています。今年は「専門職の方のお話を聞きたい」とのご要望にお応えし、講師に言語聴覚士の先生をお迎えしました。

講演のテーマは「食事について」「偏食について」。毎日、必ず二回やってくる食事。「せっかく作つても子どもが全然食べてくれない」「好き嫌いが多くて心配なんて経験、よくあるのではないでしょうか。先生からは、そもそも食べるって何だろう、偏食についてどう考えたらいいだらう」といったポイントを、教えていただきました。また、日頃の子育て、療育の中で疑問に思っていることを丁寧にお答えいただき、とても実りある時間となりました。

講演を終えて「子育ては肩の力を抜いていいんだ」と思えたご家族も多くいらっしゃったと思います。支援者としては「できない」「困った」と目の前の事象だけに捉われず、いかに子どもに寄り添つて発達を支援できるかが大切だと改めて勉強になりました。



## 桜の里

### みんな大好きショッピング外出

支援員

桜川 翔太

今月も皆さんお待ちかね、外出の日がやってきました。桜の里では毎月いくつかのグループに分かれてふれあいショップ平砂浦に行き、買い物を楽しんでいます。今回はその中の一つのグループをご紹介したいと思います。

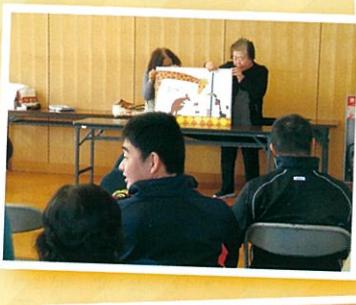
このグループはふれあいショップへ向かう車内の中から「今日はあれを買う、これを買う」と大盛り上がり。到着してからは迷うことなく欲しいものを購入、奥の休憩スペースで召し上がります。早く食べ終わってしまった方が外のテラスで風景を楽しんだり、たくさん入っているお煎餅を買った方は他の方に配ったり、置いてあるパンフレットを手に取って眺めたりと皆思い思いに過ごしています。

帰りの道中、「次はいつ行くのかなあ?」と笑顔で話す姿を見ると、本当に楽しみにしているのだなと思うと同時に、私も楽しみになってしまいます。



## 中里ワークホーム

### 房の会ボランティア



2月11日、「房の会」の皆様が来所され、大きな絵本の読み聞かせ・輪投げ・踊りと歌を披露していただきました。

次々と繰り広げられる出し物に、利用者の方々も夢中になり、参加型の出し物では積極的に加わり、皆さん思い思いに歌って踊つて、とても楽しんでいました。

「房の会」の皆様には毎年お世話になっており、いつも楽しい時間を共に過ごさせていただいております。利用者の皆さんも毎年とても楽しみにされておりますので、来年も是非お越しいただきたいと思います。ありがとうございます。

主任 青山 雄一

## 中里の家

### アートセラピー

支援員

中田 真樹

中里の家では外部の講師をお招きして月に一回アートセラピーを行っています。

アートセラピーは手先を使い言葉では表現できない思いを、自由な作品作りを通じ集中する事で心をリラックスさせることができます。

今回は作品のテーマを告げられずに創作がスタートしました。「黒い紙にアリさんが歩くのを想像しながら線を引きましょう」と先生の説明を聞き終えた後の取り扱かりが早い方、じっくり考える方、反応は様々です。次は引いた線をハサミでカットして半分を色付けします。塗り方は絵の具をスポンジに取り直接紙に塗つていくというもので各利用者さんの個性が最も出る工程でした。そして、残った半分の紙と合わせると朝日が昇る前のを表現していることが分かりました。最後に皆さん一人ひとりの作品を鑑賞し、発表を終えると緊張が解けたかホッととしたような穏やかな表情が作品作りを通して伺うことができました。



## 中里の家

### ニード別旅行

支援員 高瀬 夏紀

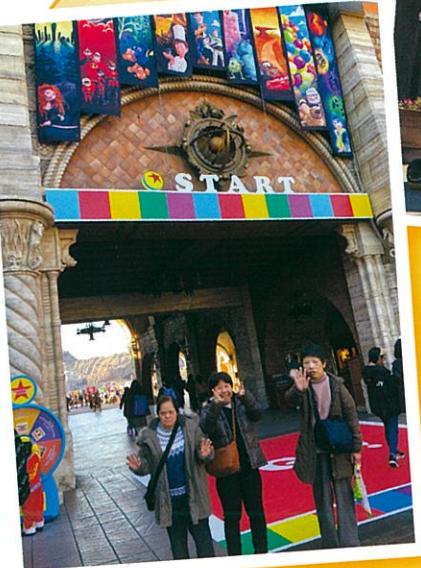
1月20・21日と、東京ディズニーシー・葛西臨海水族園へ旅行に行きました。

1日目の東京ディズニーシーでは、揺れの激しいアトラクションに乗り、周りの景色を利用の方と一緒に楽しむことができました。乗り終わった後、「楽しかった」と話されていましたのでよかったです。もう一つのアトラクションでは、ゆっくり進む船に乗るアトラクションだったので、会話を楽しみながら乗ることができました。

ショーや観賞では、音楽に合わせて手拍子をしながら笑顔で楽しんでいる姿を見ることが出来、私も嬉しくなりました。ディズニーの雰囲気を楽しみ、食事もいつもとは違うメニューにとても嬉しそうでした。

2日目の葛西臨海水族園は、大きな水槽で泳ぐ魚を「すごい」と感嘆の声が上がり印象的でした。実際に触れ合うことができるブースでは少し緊張しながらも触れ合なうことができ、普段とはまた違った笑顔が見られました。

初めてのニード別旅行参加で不安がありましたがあ、皆で楽しく過ごせて良かったと思います。



## こすもす

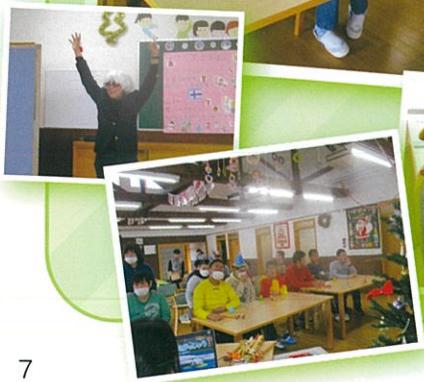
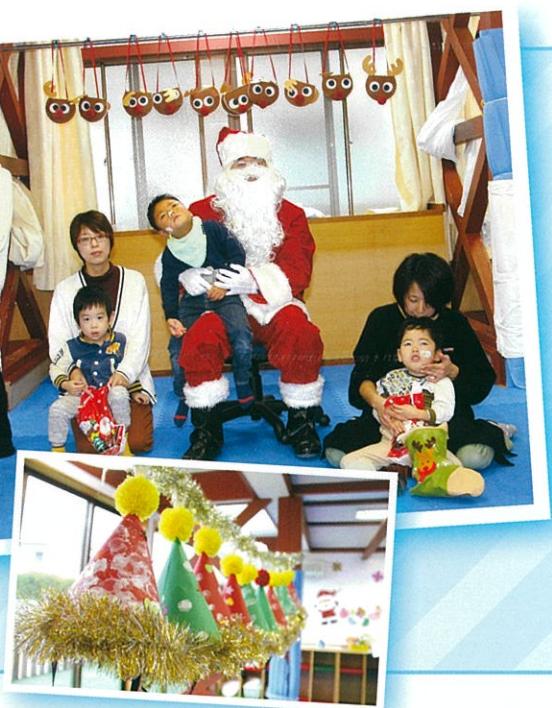
### サンタがやってきた

保育士 横山 かなえ

12月19日こすもすのつくしんばクラスでクリスマス会が行われました。

今日の朝の会は、いつもと違つてお母さんお父さんと一緒に。「誰にとまるかな?」をした後、トナカイのパック作りをしました。かわいいトナカイが出来上がりました。クリスマス帽子をかぶつて手遊びをした後は…なんと!!サンタとトナカイ?が登場!「本物のサンタさんが来た!」と目を輝かせ、サンタさんからプレゼントをもらいました。

笑顔いっぱいの楽しい会となりました。



## 桜の里

### クリスマス会

支援員 磯川 麻美

12月25日、桜の里ではクリスマス会が開催されました。

午前の部では、皆でクリスマスケーキとサンドウイッチを作りました。ケーキは、クリーミーとチョコの2種類、サンデーウィッシュは玉子・ツナ・ハムの3種類を作りました。

午後の部では、まずクリスマスについてのお話を聴き、次はクリスマスソングを歌いました。音楽活動で練習した成果をしっかりと発揮してくれて嬉しくなりました。続いては桜の里恒例、施設長によるマジックショー。カツラやサンタグラスをつけて見た目も本物のマジシャン。マジックも年々腕を上げています!!そして、お待ちかねのサンタさん登場!皆はプレゼントを貰い凄く嬉しそうでした。最後はケーキとサンドウイッチを会食し美味しいねと笑顔で召し上がっていただきました。

お腹も心も満喫した一日となりました。



ふれあい  
ショップ  
平砂浦

## 春到来

支援員 川上 賢人

ふれあいショップ平砂浦に春が来ました。  
館山産「いちご」入荷しております。紅ほっぺや、やよい  
ひめの品種でサイズもいろいろ。ご予約や地方発送をお  
電話でも承ります。5月のGWまでは、お楽しみいただ  
けるのではないかと思います。尚、4月より営業時間が  
9時30分から17時00分へ変更となりますので、今後とも  
宜しくお願い致します。

### 営業日・時間

4月～10月  
9:30～17:00

11月～3月  
9:30～16:30

### お問い合わせ先

ふれあいショップ平砂浦  
千葉県館山市大神宮152-1  
電話番号  
0470(28)3111



### 営業日・時間

月～金曜日  
11:30～13:30

### お問い合わせ先

和麵家中里  
千葉県館山市北条1239-1  
電話番号  
0470(25)7322

支援員 小池 雄吾

和麵家中里では季節に  
合わせた食材を取り入れ  
た天ぷらをご用意してお  
ります。特に冬から春に  
なるこの時期は天ぷらに  
ぴったりな食材が豊富に  
あります。日替わりで旬  
のものを取り入れ、おい  
しいお蕎麦と共にご用意  
してお待ちしております。



和麵家  
中里

## 季節の天ぷら

## ボランティア募集

中里の家・中里ワークホームでは、随時ボランティアを募集しています。  
作業など一緒に参加して下さる方、心よりお待ちしております。  
まずはお電話にてお問い合わせ下さい。

## お問い合わせ先・連絡先

### ● 中里の家

館山市中里288-1  
TEL 0470 (28) 2022  
FAX 0470 (28) 2023  
nakazato-ie@minos.ocn.ne.jp

### ● 中里ワークホーム

館山市中里291  
TEL 0470 (28) 2422  
FAX 0470 (28) 2424  
nakazato-workhome@m2.dion.ne.jp

## 新職員紹介



中里  
ワークホーム

支援員  
小笠原 純

おがさわら じゅん  
趣味 焼肉を食べること  
座右の銘 一日三善