

HSK むつみの里

No.130
2023.11.15



社会福祉法人むつみの里 就労継続支援B型 であい工房
地域活動支援センターI型 自然房
外部利用型共同生活援助 里の房



10月18日 合同防災訓練

年2回行っている消防訓練は、であい工房と自然房の合同で、「地震発生後、厨房より出火する」という想定で行いました。

地震の間は、机やテーブルの下に身を隠し、地震が収まった後は、職員の誘導のもと速やかに避難場所まで移動しました。

訓練終了後には、消火器の使い方の練習をし、日頃の防災意識が大切なことをみんなで確認しました。

～初めて参加したメンバーより～

- ・消火器の使い方が難しかったです。(きくこ)
- ・消火器を使った訓練で、初期消火が成功してよかったです。(A)
- ・消火器の体験を初めてしました。心構えができました。(S)



step 1
安全栓を引き抜く



step 2
ノズルを火元に向ける



step 3
レバーを強く握る



消火器の使い方

10月15日カミール10周年祭

「カミール10周年&カミワン横丁 with 市姫さんど」が開催され、あいにくの雨でしたが、たくさんのお客様で賑わいました。

amieでは、人気のコーヒーの豆かすで作った「コーヒー消臭サシェ」を作り、ご利用いただいた方にプレゼントしました。豆かすには、脱臭・消臭効果があるそうです。お客さんからは、「靴や靴箱に使ってみます」「掛けられるヒモがついていて使いやすかった」と声をかけてもらいました。

また、10月より新メニューの「あんバター-toastセット」が登場！すっきりとした甘さのなかに、バターのコクとほどよい塩味の絶妙なバランスが感じられるやみつきになるあんバター。カリッと焼いたtoastに、たっぷり塗って、お好きな飲み物と一緒にご賞味ください。



あんバター-toastセット



コーヒー消臭サシェ

豆かすには、「脱臭・消臭効果」があるそうです。靴の中やトイレのニオイ消しなどたくさんの使い道があります！

周年祭では、大抽選会が行われ、amieからは、駄菓子100個入り詰め合わせの景品を用意しました。



飴やガム、スナック菓子などの駄菓子の100個入り詰め合わせ



「抽選で当たった！！何が入っているのかな？」と喜ぶ子供たち



9月27日 上市町福祉大会

第50回記念大会があり、販売を行いました。りんごのカットケーキが大人気で「以前、販売で買って、美味しかったので買いにきました」と声をかけてもらいました。



10月26日 上市町役場～ おたっしや家

上市町福祉課、社会福祉協議会、おたっしや家などを回りました。今回は、大人気のマフィンのチョコと紅茶味を販売！やさしい甘さのふんわり食感を朝焼きで販売しました。



10月7日 あしつき秋祭り

高岡市であしつき秋祭りに参加しました。園児たちのかわいいパフォーマンスや越中源多良太鼓などがあり、賑わっていました。

出店・移動販売に 行ってきました！

多くの方に商品を手にとり頂きました！
ありがとうございました

10月14日 四ツ葉園祭

上市町にある社会福法人新川会の四ツ葉園祭に参加しました。焼き菓子や工芸、ぼかし肥を販売し、特にカットケーキが好評でした。



つるぎくんとハイチーズ！



笑顔で丁寧な接客を心がけました。(優子)



10月14日・15日 とやま環境フェア 2023

環境について幅広く学ぶことのできる環境フェアが高岡テクノドームで行われ、दैい工房で製造しているぼかし肥の紹介と使い方の説明をしました。



ぼかし肥は、米ぬかに、自然界に存在する微生物群と、糖蜜、燻炭を混ぜ、発酵・熟成させたものです。

イオン 黄色いレシートキャンペーン

ありがとうございました

黄色いレシートキャンペーンの寄付金で、水、クッキー、タオル、ポンチョ、飴、カイロ、軍手等の防災グッズの補充をしました。

ボックスに投函して下さった方、マックスバリュ上市店様ありがとうございました。



「イオンの黄色いレシートキャンペーン」は、マックスバリュで毎月11日に買い物をする黄色いレシートが発行されます。そのレシートを応援したい団体のボックスに投函し、そのレシートの1%が団体に寄付されます。

ámie 通信 ふるさと学習で小学生が来店



地域について学ぶ「ふるさと学習」の一環で、上市町内の小学3年生が来店しました。店内の様子や日頃のスタッフの仕事内容などを説明しました。

小学生からは、「ámieのお店の意味はなんですか？」「人気のメニューはどれですか？」「お店の工夫は何ですか？」などと質問が来ていました。

お店の様子に子どもたちは興味津々の様子で「わあ～駄菓子がたくさんある」「ここに遊びに来たことがあるよ」などを話していました。



見学の様子

地域生活支援センター
じねんぼう
自然房



10月26日 **健康教室**

今回は、握力測定をし、筋力アップの体操をしました。「ペットボトルキャップが開けづらいことありませんか？」年齢とともに開けづらくなってきたと頷くメンバー。力は、握る力≠かむ力≠飲み込む力となるそうです。劣っていくと、栄養が取りづらいう→体が弱っていくことになるので、少しでも体力の現状維持が大切とのこと。みんなでいけいけドンパン体操を参考にしながら、体を動かしました。



2回目の握力測定の数値がすごく良くなっていました。(武)

*握力測定の数値に納得のいかなかったメンバーが、体操後にもう一度測定すると、なんと全員が凄く良い数値が出ました。体操の効果と体を動かすことの必要性を感じました。



ペットボトルキャップを寄付しました!



沢山のペットボトルキャップを運び、少し疲れました。(寛)



10月19日に、自然房に届いたペットボトルキャップを立山町社会福祉協議会に届けました。回収ボランティアを始め、8年になります。機関紙で回収の呼びかけをした際には、読んで下さった地域の方などから沢山届けて頂きました。ありがとうございます。自然房では、プログラムの時間に話しをしながら、届けられたキャップの汚れはないか、違う物がまざっていないか等、確認を行っています。

ペットキャップ約 100 万個 (約 2,33kg)
車イス 1 台分になるそうです。
(キャップ 1 kg=約 430 個)



9月22日~24日

地域障害者作品展

滑川市民交流プラザにて行われた地域障害者作品展に出展しました。前回紹介したペットボトルキャップを使った作品も展示しました。作品展を見に来られた方は足を止め、じっくり見て下さいました。



ペットボトルキャップの作品の他に、絵手紙や曼荼羅の塗り絵、さをり織りなどをメンバーの力作を展示しました。

こころ

相談無料 秘密厳守

の安心相談会



「心の悩みや不安がある」
「生活リズムが乱れている」
「最近、家族の様子に変化がある」

ご本人やご家族に心の健康についての心配事などありませんか？お近くの会場で相談できます。

お気軽にご連絡下さい。(予約優先です)

【舟橋村】…令和5年11月17日(金) 13:30~16:00

【場所】舟橋村会館(予定)

【滑川市】…令和5年12月15日(金) 13:30~16:00

【場所】滑川市役所東別館2階 中会議室

【立山町】…令和5年1月19日(金) 13:30~16:00

【場所】立山町元気交流ステーション 3階 相談室

予約・お問い合わせ: 地域生活支援センター自然房
(076) 473-1644

新たなチャレンジ

一系電話一

最近、私は年齢の影響からか、膝が痛くて思いっきり走れなくなったり、老眼が進んで細かい文字が読みにくくなったりと、自身の急な身体の変化に驚いています。「老化なのだろうなあ」とちょっと気分が落ち込んでいました。自分が歳を重ねる、ということは、私が勤めている自然房のみんなも歳を重ねます。

現在計画相談を担当している、ひーさんは、20歳頃から10年以上自然房を利用しています。初めは元気よく自転車で通っていましたが、5年ほど前から足腰が不安定になり、自転車には乗れず、今は何とか自力で歩いて通っています。

そのひーさんに今年の夏、転機が訪れます。一緒に住んでいるお母さんが自宅で転倒し、入院。退院後は、これまでしていた洗濯やご飯の用意が難しくなりました。私は、「ひーさんは自分のことで精一杯だろうから、お母さん担当のヘルパーさんに支援してもらおうよ。」と提案しました。しかし、ひーさんは母の様子を見ながら、「僕が洗濯とご飯の用意をしてみるよ。洗濯はしたことないけどやり方を教えてもらって、ご飯の用意はヘルパーさんと一緒に作った簡単な調理をしてみるよ。」としっかりした口調で話しました。その後、洗濯の手順をお母さんから教わり、調理もヘルパーさんに再びアドバイスをもらい、今ではひーさんが二人分の洗濯とご飯の用意をしています。これまでお母さんがひーさんを支えていましたが、これからはひーさんが少しずつお母さんを支えていくことでしょう。

突然の出来事で新たなチャレンジをしているひーさんの姿をみて、私も「自分の身体のことでも落ち込んじゃいけない。できそうなことはチャレンジしよう！」と思いました。

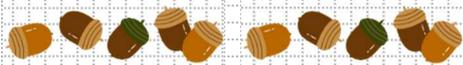
えーいち

善意感謝 (順不同)

上市町社会福祉協議会様
 中部厚生センター 職員様
 上市町福祉課 職員様
 シーピースシステム様
 穴戸様 吉田様 稲垣様 池田様 堀田様
 樋口様



匿名 5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
 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>
 郵便振替<口座番号>00790-2-56015
 <加入者名>むつみの里を支える会
 年間購読料：1,500円(カラー刷り 年6回 送料込み)
 定価：50円
 発行人：北陸障害者定期刊行物協会
 〒939-8075 富山市今泉 312

行事&予定

■であい工房■

11月

未定：健康教室・血圧測定

12月

18日 クリスマス会
 &ランチデー
 28日 ランチデー (年越しそば)

■ 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)
 10:00 ~ 16:00
 (ラストオーダー15:30)
 土曜日 10:00 ~ 16:30
 (ラストオーダー16:00)
 年末年始休業日：12月29日~1月3日

■自然房■

11月

4日 DVD鑑賞&パソコン教室
 11日 カラオケ&ゲーム
 18日 ストレッチ&パソコン教室
 25日 歌声喫茶&座談会

12月

2日 DVD鑑賞&パソコン教室
 9日 カラオケ&ゲーム
 16日 ストレッチ&パソコン教室
 23日 座談会&わいわいタイム



■合同■

11月20日~11月22日 県立大学看護学生実習3名
 11月23日 つるぎフェスティバルinかみいち/出店
 12月1日 上市町障害者週間/出店
 12月1日~8日 上市町障害者週間/展示
 12月9日 滑川市障害者週間イベント/出店・展示
 年末年始休み 12月29日~1月3日