

ぴーなっつうしん

～♡ぴーなっつに想いをこめて♡～



種をまこう 種をまこう
想いをこめて
この地に芽がでますように
人とのつながりと
あなたの心に花がさきますよう



ヘルパーからプチ情報



🏠 居宅介護「ごきげんさん」から 🏠

《 したいことを選択してみよう 》

外出支援をする上で、大切にしていることの一つに「**選択してもらうこと**」というのがあります。

例えば、行き先により、ランチをするお店が選べる場合があります。その時は、**選択肢を目に見える形で提示**します。その選択肢の中から「この〇〇が食べたい。」と選んでもらいます。選ぶ経験が少ない方も多いですが、視覚的にわかりやすく提示することで、選んで決定する経験が増えて**自信**につながっていきます。そして、自分で選んだ物を食べられることが、外出のモチベーションにつながり、外出に行く前からわくわくした楽しい気分になる方が多くいらっしゃいます。

- 「どこにあるか？」→地図等でわかりやすく提示する
- 「どんなお店か？」→実際のお店の写真等で提示する
- 「何が食べられるか？」→イラストや写真等で提示する

選択肢は、その方のわかる形で提示します。
人によって知りたい情報が違うので、**その方の気になっていることを伝えて**選べるようにします。
例) バス停からどれぐらい歩くか気になる人には地図や、時間を伝えます。

また、人によっては事前に選択する方と、当日選択する方がいらっしゃいます。提示の仕方やタイミングなども人によって様々です。

今後も、選択してもらうことを大切に本人がどんなことをしたいのか、どんなことが好きなのかを探りつつ、外出を楽しんでいきます。

ごきげんさん 鈴木順子



★こんなことを選んでもらっています★

- 行き先はどっち？
- 今日のおやつは何にする？



① インクルーシブセンターいまじん三島→「ともるる」

生活介護として日中活動をしています。

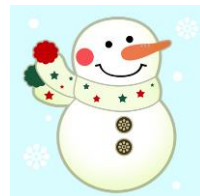
2018年12月21日(金)



今人倶楽部 忘年会

今年は土居と三島合同でグランフォーレの宇宙で忘年会を行いました。美味しいご飯とデザートバイキングをお腹一杯食べました。

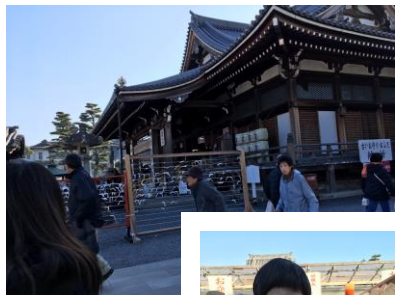
忘年会の最後には、サプライズで賞状授与があり、みんなびっくりしていました。前で1人ずつ手渡されると、嬉しさや照れもあり、みんな良い表情をされていたのが印象的です。



2019年1月4日(金)



初詣 はつもうで



新年を迎え、初詣は善通寺に行きました。
 うどんを食べて、いざ善通寺へ！
 お賽銭を入れて祈願を終えたあとは、各々おみくじを引いたり屋台でお土産を買ったりと楽しい時間を過ごしました。

(報告) 石田絵梨佳



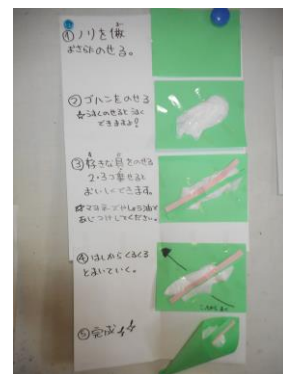
②インクルーシブセンターいまじん土居→「ともむぎ」

就労支援B型として、パンやお菓子を作って販売しています。



3月1日（金）ひなまつりに手巻き寿司パーティ

3月はひなまつりということで、昼食に手巻き寿司を用意しました。具を欲張りすぎて太巻きのようになる方、お店では売っていないような贅沢な具の組み合わせにする方がいたり、皆さん思いおみの具をのせて、手順書を見て、必死に巻いていました。デザートには桜餅と柏餅が選択できるようにし、春を先取りしました。



3月2日（土）「防災学校」で販売をしました。

たくさんのお客様に来ていただきました。販売のほかに災害体験ツアーに参加し、消火器を使った初期消火や過去におきた地震の体験、煙のまわった部屋からの脱出、心臓マッサージやAEDの使い方などを体験してもらいました。

—防災学校とは—
西日本豪雨などを教訓に、まず自ら行う防災、減災について考えようということで自立支援協議会が企画した研修会です。市民交流棟で開催されました。約30か所の障がい福祉事業所などが、バザーなどをしました。その他「災害時の対応」をテーマに避難所づくり、防災グッズづくりなどの体験コーナーがあり、多くの市民の方が参加されていました。



炊き出しコーナーでは、ともむぎのパン生地を使って、棒パンを作る体験コーナーもありました。



☆彡 菓子工房「ともむぎ」新商品のご紹介 ☆彡

★うずまきパイ ¥100
バターをたっぷり折り込んだ“手作り”生地にグラニュー糖をまぶしました。袋はかわいいテトラ型△です。

★さくらあんぱん ¥130
毎年、桜の季節になると出てくる人気の期間限定商品が今年も登場！ほんのり桜色がキレイです。



③余暇支援→「にじいろ・パンダ倶楽部」

🎄 クリスマス会 🎄

12月15日（土）



今年も恒例のクリスマス会が実施できました。13時から15時、寒川公民館の調理室と和室をおかりました。

当日は、参加者が17名になりました。

しょうがいのある方8名、スタッフ、ヘルパー、ご家族が4名、看護学科の一年生、男性ボランティア5名でした。初参加の方で四歳の方もいました。

内容は、毎年改良をくわえて、今年は新しいゲームも追加しました。

- ① 簡単なプリンづくり 手順書の通りに分担した役割でプリンをつくりました。
- ② 恒例のビンゴゲーム 今年は、学生さんに司会をお願いしてガラガラを回して、盛り上げてくださいました。
- ③ ビンゴになった人からプレゼント交換 毎年人気の企画です。事前にプレゼントを買いに行くののも楽しみの一つようです。
- ④ 巨大オセロゲーム クリスマスの絵が描いてある直径20cmもあるコマを使って、白黒チームに分かれて対決。想像以上に白熱して盛り上がりました！
- ⑤ 紙コップタワー対決 クリスマスのシールの貼ってある紙コップを、二組に分かれてどちらが高くつめるか対決しました。一回も倒れることなく、慎重につみあげて、勝負はひきわけになりました。
- ⑥ おやつタイム 作ったプリンに果物やクリームをトッピングして、シャンメリーとともにむぎのシフォンと一緒に食べました。

今回はチーム戦もありましたが、2時間いっぱい活動を楽しみ、みなさん充実のお顔で帰っていかれました。初ボランティアだった、学生さん達もすごく楽しんでもらえてよかったです。



🍞 ともむぎ パン作り体験 🍞

2月16日（土）

10時～13時にて、三回目になります、パン工房「ともむぎ」を活用してのぱんづくり体験をしました。



参加者は、スタッフをいれて15名。しょうがいのある方が7名となりました。

内容は、パンの成型体験です。手順書や、目の前で一つづつお手本をみて、五個のパンを成型しました。生地が柔らかく丸めるのが難しかったり、場所も手狭でしたが、みなさん集中してできました。



パンが焼きあがるまでは、役割分担してお昼ご飯をつくりました。今年からその後に、近くのコンビニに自分のジュースを歩いて買いに行くというスケジュールを入れました。その予定が楽しみで、ご飯づくりを集中して頑張れた方がたくさんいたり、気分もリフレッシュできて、余計にご飯がおいしかったようです。時間配分もちょうどよかったです。焼きあがったパンは、焼き立てを食べたり、箱につめてご自宅にお土産として持って帰られていました。あんこなどを包むのは難しいですが、外にはみ出ることなく上手に焼きあがっていました。皆さんとても満足した顔で帰られました。



焼く前



焼いた後

★まとめ★ 2018年度は、下記の通り5回の余暇活動を企画、実施することができました。

開催月	開催日	時間	場所	内容	参加者
6月	2日(土)	13~15	まねきねこ	カラオケ	19名(ボランティア5名)
8月	19日(日)	11~15	富郷湖畔	カヌー体験	30名(ボランティア3名)
10月	27日(土)	13~15	寒川公民館	お菓子作り	14名(ボランティア1名)
12月	15日(土)	13~15	寒川公民館	クリスマス会	17名(ボランティア5名)
2月	16日(土)	10~13	ともむぎ	パン作り体験	15名

昨年度に比べて、参加人数が全体的に増加しています。また、年に一回だけこの企画には絶対来てくれるという方、すべての企画に年間で参加申し込みくださる方、一年後の参加予約をくださる方と、にじいろ・パンダ倶楽部の活動が、徐々に地域に暮らすしょうがいのある方達の暮らしに浸透してきているのを感じます。楽しみに待ってくださっている方が増え、「この時期にはこれ。」というように、年間スケジュールに組み込まれている方もいるので、どれも外せない一つ一つが大事な企画内容になってきつつあります。毎年恒例ではありますが、その中でも少しづつ、より楽しく、より分かりやすく、より自分でできることを目指して、来年度も進化していけたらと思っています。新しい企画も考えつつ、準備していきます。

今年度も、多くのボランティアさんや、寒川公民館さん、クロスポイントさん、ボランティアセンターさん、福祉学院の先生方には大変お世話になりました。ありがとうございました。

ボランティアさんとの出会いも、特に学生さんは、毎回一期一会で何度もお会いする方はいないですが、いつもその場を楽しみ、学んで帰ってくださる方ばかりで、そんな姿をみて私たちスタッフの方が、初心にかえる気持ちになります。しょうがいのある方と学生さんの出会いの場を作れることもありがたいです。色々な繋がりがあって、成り立っている活動です。これからも、地域で活動できる場や人を開拓していきたいと思っていますので、ご協力よろしくお願いいたします。

★2019年度 余暇活動企画は★

内容等の具体的なことは、6月の通信にのせたいと思います。来年度も「にじいろ・パンダ倶楽部」をよろしくお願いいたします。 鈴木・石田

6月2日(日)「もっと!あったマルシェ2019」

新町商店街、三島公民館、三島中央公園にて開催
ぜひきてください！

ともむぎも
出店します！



御礼

【 シンワ株式会社様より 】

福祉避難所に備蓄する資機材を寄贈いただきました。
インバータ発電機(一台)や投光機、充電器等、計10点で災害が発生した時に必要となる機材です。大切に活用させていただきます。
ありがとうございました。

居宅介護事業所「ごきげんさん」

障がいのある方を対象にしたヘルパーさん募集!

ヘルパー二級・介護福祉士の方で働ける方、募集。

詳しくはごきげんさん専用携帯080-3424-9935

矢野まで

パソコン教室 生徒さん募集

土居 今人倶楽部にて開催 毎週土曜 13時~14時まで

月額8000円 会員5000円 30分500円

090-6281-6086 鈴木まで

今人倶楽部の会員募集中

年会費 正会員 1万円

サポート会員 3000円

賛助会員 いくらからでも

●会費振込先 郵便局

加入者名 特定非営利活動法人 今人倶楽部

口座番号 01660-9-37918

●手数料無料の振込用紙も用意しています。

事務局までお問い合わせ下さい。

《 編集後記 》

2018年度も、4回の通信を発行することができました。毎回の各部署からの原稿のご協力、そして読んでくださる方々のおかげです。ありがとうございます。年間通して季節ごと活動や、その年ごとの動きもあり、今人倶楽部の記録にもなっていると思います。また、特にパン工房「ともむぎ」では販売を通して市内の色々なイベントに参加する中で、四国中央市の障害福祉の変化も感じることができます。法人以外の仲間が増えていくこと嬉しい限りです。来年もたくさんつながっていきましょう。【編集】鈴木 順子

発行 NPO法人 今人倶楽部

〒799-0702

愛媛県四国中央市土居町小林 1785-1

TEL: 0896-74-2991

FAX: 0896-74-6910

HP: <http://imagine-npo.com>

Mail: info@imagine-npo.com

