発行:〒822-0005 直方市永満寺 2978-2 社会福祉法人のぞみ福祉会

Tel 0 9 4 9 - 2 5 - 0 5 2 8

URL http://www.nozomien-noogata.com 発行日2023年1月20日(第287号)



## 新年のごあいさっ



#### "つぎの四半世紀へ"

新年明けましておめでとうございます。皆様、健やかに新春を迎えられたことと お喜び申し上げます。

昨年は、世界的にみても激動の年でした。長引くコロナ禍に加え、ウクライナロシア戦争、物価の急騰…個別にみるとあまり影響がなかったと感じる方もおられるかもしれませんが、いずれは税負担増などの形で、国民の生活に大きな影響を及ぼすでしょう。

どうしても暗い話題が多くなってしまいます。今年が明るい年になるようにと切に願い、改めて、福祉とは何か?を考えたいと思います。福祉という言葉は辞書に何と書いてあるか、ご存知でしょうか。私の辞書には、「さいわい」「幸福」と書いてあります。つまり社会福祉とは、社会のしあわせと言い換えることができます。

社会福祉法人、社会福祉施設は、社会のしあわせに繋がるような活動を考え、実行していかなくてはならないと理解します。近年、社会福祉法人は公益性(広く社会の役に立つ)を強く求められていますが、私たちにできるのは、知的障害を持つ方々やご家族を支えることです。気持ちを新たに、そこに誠実に向き合い、職員一同力を合わせて真摯に取り組んでいきたいと思います。その上で、地域社会に役立つことや、災害時等の緊急的な施設の活用などにも今後はより一層取り組んでいきたいと考えております。

のぞみ園直方は、今年の8月に開園25周年を迎えます。四半世紀に渡って事業を継続できているのは、これまでに法人に関わって下さったすべての皆様のおかげです。本当に、ありがとうございます。つぎの四半世紀も歩みを止めずに、現在関わって下さっている方々や、これから先に関わる方々の力になれるよう着実に進んでいきたいと思います。

最後になりますが、皆様のご健康と益々のご発展をお祈り申し上げ、年始のご挨 拶とさせて頂きます。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

園長 中 岡 佑 太 郎

#### ぼうねんかい **忘年会**





12月16日(金)に忘年会を行いました。今回は**クリスマスツリーケーキ**作りをしました。チョコケーキに生クリームやオーナメントビスケットなどをトッピングすると、とってもかわいいケーキになりました。そのあとは、みんなでクリスマスツリーの飾りつけを行い、玄関ロビーを華やかに彩りました。













#### いれなんぎょうじ 新年行事



1月4日(水)に新年行事を行いました。今年も新型コロナウイルス感染防止のため館内にのぞみ神社を建てて参拝しました。みなさんそれぞれの想いを書初めにしたり、工作では手作りキーホルダー作製、カルタ取り、福笑いなどのゲームをして楽しみました。今年も健康で楽しく、充実した一年になりますように!



















#### 《2月の予定》

2/3 (金) 節分行事

2/14 (火) 嘱託医検診

2/16 (木) 誕生会

2/17 (金) クラブ

2/22 (水) 看護師巡回

2/24 (金) 大掃除

こんげつ こめ ちゅうもん う っ ※今月もお米の注 文を受け付けています





しんしょくいんしょうかい新職員紹介

12月14日より、山崎さんが夜間支援員として勤務されるようになりました。みなさんよろしくお願いします。



ッまざき 山崎 今日子さん

## 休日の活動の様子



12月17日(土)、午前中は、室内ゲームで、カップタワーゲームをしました。プラスチックのコップをタワーにして置き、いかに早く崩してすぐに片付けられるかを競うゲームです。 つずつ慎重に崩したり、一気に崩してから片付けてみたりと色々試行錯誤されていました。

午後のおやつ作りは、イングリッシュマフィンを作りました。イングリッシュマフィンの上にブルーベリーやチーズ、卵などをトッピングしたオリジナルアレンジマフィンが出来上がりました。とっても簡単にできましたが・・・、食べる時に口の周りや手がブルーベリーだらけになり大変でした(笑)

































### カリブ通信

(生活介護事業Ⅱ)

新年期けましておめでとうございます。みなさんはどんなお正月を過ごされましたか? さて、今回は大掃除のなまずを紹介したいと思います。12月は年末ということで、新年を気持ちよく迎えるためにいつもより念入りに掃除しました。いつも使っている昇降台や椅子には感謝の気持ちを込めて丁寧に拭き上げました。今年もみなさんといっ緒に楽しく活動に取り組んでいきたいと思いますので、

どうぞよろしくお願いします。











#### 《活動予定》

### 2月

## ♪ 今月の歌 『 ふしぎなポケット 』 ♪

	月		火		水		木		金
					ボウリング		的当て・空気砲		壁絵作り
				1	障害物競走	2	散歩 (ボール運動)	3	節分行事
	ボッチャ	7	風船飛ばし		ピンポンカップイン	9	黒ひげ危機一髪	10	作業訓練
6	ストレッチ運動	1	散歩 (魚釣りゲーム)	8	サーキット運動	ש	散 <b>歩</b> (だるま落とし)	10	キックボウリング
10	的当て・ボール	1.4	わなげ	- 15	テーブルカーリング	- 16	ゴルフ	- 17	すごろく
13	障害物競走	14	散歩 (大漁はだ~れ?)		キックターゲット		散 歩 (風船割りゲーム)		クラブ
20	工作	21	黒ひげ危機一髪	22	ボウリング	22		24	ボッチャ
20	風船飛ばし	21	散 <i>歩</i> (芋ほりゲーム)	22	ストレッチ運動	23		24	ピンポンカップイン
27	すごろく	- ごろく 28	大掃除						
21	キックボウリング	20	散 <i>歩</i> (キックターゲット)						

発行:〒822-0005 直方市永満寺 2978-2 社会福祉法人のぞみ福祉会

Tel 0 9 4 9 - 2 5 - 0 5 2 8

URL http://www.nozomien-noogata.com 発行日2023年2月20日(第288号)



## せつぶんぎょうじ節分行事



2月3日(金)、**節分行事**を行いました。鬼と福のお面作りを行い、無病息災を願った豆まきでは、いきなり登場した赤鬼、青鬼に驚いた様子で、怖くて逃げながらも、無我夢中で鬼にボールを投げ、最後は大きなボールを当て、無事に鬼退治をすることが出来ました。今年一年がみなさんにとって良い年になるといいですね。



















#### いむしっ 医務室だより

#### = 花粉症予防のセルフケア =



- \* 花粉飛散情報に注意する(天気予報など)
- \* 花粉が飛ぶシーズンは、外 出時にメガネとマスク、帽子をかぶる
- \*上着は、表面がつるつるとしたものを着る
- \*帰宅したら、玄関で花粉をよく払い、洗顔、うがい、鼻をかむ
- \*花粉が多く飛んでいる日は窓を開けない、布団を干さない
- \* 部屋の掃除はこまめに 行 **う**

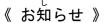
花粉との接触をできるだけ避け、予防に努めることが大事です。

### 《3月の予定》

- 3/3 (金) クラブ
- 3/14 (火) 嘱託医検診
- 3/16 (木) 誕生会

- 3/17 (金) クラブ
- 3/22 (水) 看護師巡回
- 3/24 (金) 大掃除

こめ ちゅうもん う っ ※今月もお米の注文を受け付けています



1月末をもって、加勢田洋介さんが退園されました。





## 休日の活動の様子



1月14日 (土)、を食べて「エビピラフとビーフシチュー」を作りました。エビピラフは交きなむきエビを使い炊飯器で作りました。ビーフシチューは肉と野菜をみんなで手分けして切りました。真沢山のおいしいシチューが出来ました。午後のゲームは福笑いをしました。首にしたしてみんなの声をたよりに顔を作っていきました。次は首隠しをせずに速さを競ってみました。速さを競うあまり、鼻の向きを逆さに置いてしまったり・・・、大爆笑の福笑いでした。また、1月28日(土)は平前中に首柱型の箱を積み上げる「バランスゲーム」を行いました。いつ崩れるか分からずハラハラドキドキのゲームでした!午後のおやつ作りは、「あんみつ」を作りました。白宝は、鵜豆腐と白玉粉を混ぜて作ってみました。食べきモチモチでとても美味しかったです!各自で沢山のフルーツをトッピングして、最後にあんこをどーん!抹茶入り緑茶を飲みながら和を嗜みました。













































カリス通信

(生活介護事業Ⅱ)

少しずつ春の足音が近づいてきましたが、まだ寒い日も続いています。 急な気温の変化もありますので、体調には気をつけていきたいですね。さて、カリブではみなさんお待ちかねのお菓子作りをしました!今回は「オムレット」を作りました。ホットプレートで焼いた生地に生クリームとフルーツを挟んで食べました。「美味し~い!」と大満足の様子でした。























### 《活動予定》

## 3月

#### ♪ 今月の歌 『春が来た 』♪

	月	火			水	木		金	
					ゴルフ		テーブルカーリング	_	わなげ
				1	サーキット運動	2	散 歩 (大漁はだ~れ?)	3	クラブ
6	ボウリング	7	的当て・空気砲	8	すごろく	9	ボッチャ	10	黒ひげ危機一髪
U	ピンポンカップイン	,	散 <i>歩</i> (キックターゲット)	0	風船飛ばし	<i>3</i>	散 歩 (芋掘りゲーム)	10	ストレッチ運動
10	ゴルフ	1.4	わなげ	1.5	テーブルカーリング	1.0	壁絵作り	17	ピンポンカップイン
13	障害物競走	14	<b>散歩</b> (だるま落とし)	15	キックボウリング	16	散 歩 (魚釣りゲーム)	17	クラブ
20	ボッチャ	21	———	22	的当て・ボール	22	すごろく	24	風船飛ばし
20	ストレッチ運動	21	———	22	キックターゲット	23	散歩 (ボール運動)	24	サーキット運動
27	黒ひげ危機一髪	28	作業訓練	20	ボウリング	20	テーブルカーリング	31	大掃除
<i>L</i> I	風船飛ばし	20	散 歩 (ゴルフ)	29	ストレッチ運動	30	散 歩 (障害物競走)	<b>७</b> ।	キックボウリング

発行:〒822-0005 直方市永満寺 2978-2 社会福祉法人 のぞみ福祉会

Tel 0 9 4 9 - 2 5 - 0 5 2 8

URL http://www.nozomien-noogata.com 発行日2023年3月20日(第289号)

#### ぼうさいくんれん **防災訓練**



3月8日 (水)、防災訓練で、火災による、避難・通報・消火訓練を実施しました。利用者のみなさんは、職員の避難指示の下、慌てることもなく、スピーディーに避難をすることができました。防災訓練は年に3回実施していますが、訓練を継続して行うことで、みなさんの防災意識が高まっていくのではないでしょうか。継続して行うことで、みなさんの防災意識が高まっていくのではないでしょうか。















#### さくひんしょうかい 作品紹介

軽作業班から、端午の節句にピッタリなこいのぼりや兜柄のふきんとのぞみ箸が出来上がりましたので紹介します。

《 ふきん 》





《のぞみ響》





## しんしょくいんしょうかい新職員紹介

3月1日より、下川さんが軽作業班にて勤務されるようになりました。みなさんよろしくお願いします。



トリ 悦子さん

## れいわ ねんど ねんかんよていひょう 令和5年度 年間予定表

	*** <sup>うじ</sup> 行事	ょ か かつどう 余暇活動
4月	<sup>えん</sup> 園イベント(外 出 行事)4/21(金)	<sup>读なみ</sup> 花見 3/23(木)
5月		
6月	thacallantia 健康診断 6/7(水)	
7月	<sup>ぼうさいくんれん</sup> じしん かさいひなん <b>防災訓練(地震・火災避難</b> )	たなばた <b>七夕</b>
9月	ほごしゃめんだん きゅうきゅうこうしゅうかい しょくいん 保護者面談・救急講習会(職員)	
10月	まん 園イベント(内容未定)・防災訓練(夜間 火災避難)	
11月		もみじが 紅葉狩り
12月	<sup>もち</sup> 餅つき 12/8(金)	<sup>ぼうねんかい</sup> 忘年会
1月		<sup>しんねんぎょうじ</sup> 新年行事 1/4(木)
2月		<sub>せつぶん</sub> <b>節分</b>
3月	ほごしゃめんだん ぼうさいくんれん かさいひなん 保護者面談・防災訓練(火災避難)	

しょうきいないよう みてい にっていとう ※詳細内容、未定の日程等については、別途お知らせします。

《4月の予定》

4/7 (金) クラブ

4/11 (火) 嘱託医検診

4/20 (木) 誕生会

 4/21 (金) 外出行事

4/26 (水) 看護師巡回

4/28 (金) 大掃除

※今月もお米の注文を受け付けています

し がつまつ けいさぎょうはん たかさきしえんいん たいしょく 《 お知らせ 》 2月末をもって、軽作業班の髙﨑支援員が退職されました。





## 休日の活動の様子



2月18日(土)、昼食で、【てまり寿司とにゅうめん】を作りました。酢飯は、すし酢を入れてやさしく混ぜ、酢飯を冷ましておきます。続いてすしネタの準備。本日のネタは、ローストビーフ、かにかま、鮭フレークと錦糸卵です。ラップにネタ、酢飯の順に入れ、包んで丸く形を整えると、一口サイズの可愛く、しかも豪勢なてまり寿司が出来上がりました。にゅうめんとの相性もばっちりで、パクパクと箸が止まらない美味しさでした!





























実い多もようやく終わりに向かい、だんだんとを暖かい春の足音が近づいてきました。春の花が咲き始め、色鮮やかな景色になりつつあります。さて、今回の活動は《空気砲で的当て》の紹介をしたいと思います。ペットボトルで作った空気包の先端に丸めた綿を詰め、風船をつまんでしっかり引っ張り、パッと手を離すと、勢いよく綿が飛んでいきます。しっかりと狙いを定めて前に命中させ、高得点を意識い合います。









## 《活動予定》 4月

#### 

	月		火		水		木		金
	空気包・的当て		わなげ		ピンポン カップイン		壁絵作り		すごろく
3	キックターゲット	4	散歩	5	サーキット運動	6	散歩	7	クラブ
10	黒ひげ危機一髪	11	ボウリング	12	作業訓練	13	ボッチャ	14	テーブルカーリング
10	ストレッチ運動	11	散 <i>歩</i> (芋ほりゲーム)	12	大漁はだ~れ?	13	散歩 (魚釣りゲーム)	14	キックボウリング
17	すごろく	10	壁絵作り	19	ボール・的当て		わなげ	0.1	外出行事
17	サーキット運動	18	散 歩 (障害物競走)		キックターゲット	20	<b>散歩</b> (だるま落とし)	21	外出行事
0.4	テーブルカーリング	0.5	ボッチャ	0.0	黒ひげ危機一髪	0.7	ボウリング	00	大掃除
24	ボール運動	25	散 <i>歩</i> (風船飛ばし)	26	キックボウリング	27	散歩 (障害物競走)	28	ストレッチ運動

発行:〒822-0005 直方市永満寺 2978-2 社会福祉法人のぞみ福祉会

Tel 0 9 4 9 - 2 5 - 0 5 2 8

URL http://www.nozomien-noogata.com 発行日2023年4月20日(第290号)



## はなみ花見



3月28日(火)に直方河川敷へ花見に行きました。4年振りに直方チューリップフェアが開催されており、満開の桜や色とりどりのチューリップがたくさん咲いていました。また、多くの露店も出ており、花より団子? 慰わず美味しそうな匂いに引きつけられてしまいました(笑)みなさんは、桜の下やチューリップの花壇の周りをとても楽しそうに歩かれ、園に戻ってからも「花がきれいやったね」「来年も行きたいね」と嬉しそうに獣をされていました。





























## しんきりょうしゃしょうかい新規利用者紹介

4月5日より、生活介護を利用されることとなりました。カリ ブの活動に参加されています。



女元 恋奈さん

## しんしょくいんしょうかい新職員紹介

4月3日より、太田さんが陶芸班で勤務されるように なりました。みなさんよろしくお願いします。



太田 帯(業さん

#### 医務室だより

= 睡眠の質を高めよう =



みなさんは、日々の生活の中であまり眠れなかったり、様々な事にストレスを感じて「熟睡 できなかった」ということはありませんか?睡眠は、脳と体を休ませるために不可欠であり、 けいげん めんえきりょくこうじょう はたら すいみんぶそく つづ ひろう ちくせき ちゅういりょく ストレス軽減や免疫力向上の働きがあります。睡眠不足が続くと、疲労が蓄積し、注意力 が低下し、不安やイライラ、気分の落ち込みなど、心の健康にも支障をきたしてしまいます。 しかし、ちょっとした心がけで、睡眠の質は高めることができるのです。

1. 朝日を浴びて、しっかりと朝 食を摂りましょう

まり 前はスマホ・パソコンの操作を控えましょう

寝る前のスマホやパソコンは、夜更かしの原因になるだけではなく、明るい光が 体内リズムを乱し、睡眠へ悪影響を与える恐れがあります。

<sub>にゅうしんまえ</sub> 就 寝 前 はリラックスタイムを作りましょう

ぬるめの入浴やストレッチなどで自分なりのリラックスタイムを持ちましょう。 心身ともにリラックスすると、副交感神経の機能を高め、眠りにつきやすくなります。

#### 《5月の予定》

かしょくたくいけんしん(火)嘱託医検診 5/9

5/24

5/26 (金) 大掃除

こんげつ こめ ちゅうもん う っ ※今月もお米の注 文を受け付けています

5/18 (木) 誕生会

5/19 (金) クラブ



## ふくしほうもんびょうしつ 福祉訪問美容室



直方を中心に活動されている福祉訪問美容室AlaZ(アラーズ)を初めて利用しました。普段は高齢者施設や障害のある方の個人宅を定期的に訪問してカットされており、大人気だそうです。AlaZの代表でもあり、美容師の淺原さんにヘアカットをしていただきました!車内が美容室の個室のようになっていて、いどうびょうしっとはじかり、大人気がようしっないただきました!車内が美容室の個室のようになっていて、いどうびょうしっとはじかりにも大満足!とても丁寧にカットしていただき、仕上がりにも大満足!今後は2か月に一度来ていただくことになりました。





## しんしょくいんしょうかい新職員紹介



<sup>うらた</sup> みやび 浦田 雅 さん



## 林肖の活動の様子



3月11日(土)、午前中は、風船運びリレーをしました。それぞれ、ラケットの使い方を 「本き」 工夫しながら慎重に風船を運びました。午後のおやつ作りでは、アップルポテトタルトを作 りました。ホットケーキミックスで作ったタルト生地が焼き上がると、思わず「おいしそう ~」との声が出るほどでした。さつま芋やりんごもレンジで温めると部屋中が甘い香りでいっぱいに満たされていました。



















で設ってきました。日中は少し荒ばむこともありますが、こんな時こそしっかり体を動かしたいですね。さて、今月カリブでは花の種植えをしました。グッディに花の種を買いに行き、みんなでプランターに植えました。これから沢山花が咲いてくれるよう、日々の水やりや観察をしながら見ずっていきたいと思います。





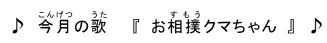








《活動予定》 5月



		1		1				<u> </u>	
	月		火		水		木		金
	わなげ		すごろく						
1	魚釣りゲーム	2	散歩 (だるま落とし)	3		4		5	
8	テーブルカーリング	9	ボッチャ	10	ピンポンカップイン	- 11	的当て・空気包	12	壁絵作り
0	ストレッチ運動	9	散歩 (芋ほりゲーム)		サーキット運動	11	散 <i>歩</i> (キックターゲット)	12	風船飛ばし
15	キックボウリング	16	作業訓練	- 17	黒ひげ危機一髪	- 18	わなげ	19	ボウリング
10	障害物競走	16	散歩		キックターゲット		散 歩 (魚 釣りゲーム)		クラブ
22	キャップホッケー	23	的当て・ボール	24	すごろく	25	ボッチャ	26	テーブルカーリング
	サーキット運動	20	散 歩 (ボール運動)	Z#	ストレッチ運動	20	<b>散歩</b> (だるま落とし)	20	ピンポンカップイン
29	ボウリング 30	黒ひげ危機一髪	31	大掃除					
23	風船飛ばし	30	散歩	31	障害物競争				

発行:〒822-0005 直方市永満寺 2978-2 社会福祉法人のぞみ福祉会

Tel 0 9 4 9 - 2 5 - 0 5 2 8

URL http://www.nozomien-noogata.com 発行日2023年5月19日(第291号)

## がいしゅつぎょうじ 外出行事



4月21日(金)、外出行事で小倉南区の長野緑地公園へ行きました。今回は、 高速道路を使って行きました。当日は曇り空でしたが、暑すぎず、過ごしやすい 天候でした。芝生の上にシートを敷いてお弁当を食べました。やっぱり、外で食べるお弁当は格別ですね! 食後は、園内の草そりやアスレチックの遊具で遊びました。草そりは初めてという方もいらっしゃいましたが、いざ滑ってみると「楽しい~!」「もう一回!」と、楽しまれていました。

























## さくひんしょうかい 作品紹介

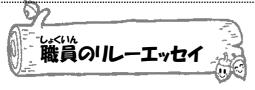


まもなく暑い夏がやってきますね。というわけで、ふきんの新作(夏の柄)が出来ました。 とっても可愛いデザインですよ。ご家庭におひとついかがでしょうか。











今回エッセイを担当します、下川 悦子と申します。3月1日から軽作業班で支援員として勤務しています。のぞみ園直方で働き出してあっという間に2ヶ月が経ちました。まだお会いできていない保護者の方もいらっしゃいますので、自己紹介をさせていただきたいと思います。出身は長崎、海と山に囲まれて元気に育ちました。趣味は、手芸・ドライブ・柔道観戦です。手芸は子供の頃から大好きで、今でもハンカチやブックカバーなどを作ったりしています。外出するにも良い季節なので休日には、海へドライブにも行ってます。もし、お薦めの海があればぜひ教えてください!! そしてスポーツの中で一番好きなのがまえばってす。もちろん応援専門になりますが・・・。 インドアもアウトドアも大好きで好奇心を発達さらない。まだまだ覚えていくことが沢山あり、大変だとは思いますが、利用者のみなさんともっと仲良くなれるように頑張っていきたいと思いますので、これからもよろしくお願いします。

#### 《6月の予定》

6/2 (金) クラブ

6/7 (水) 健康診断

6/13 (火) 嘱託医検診

6/15 (木) 誕生会

6/16 (金) クラブ

6/21 (水) 看護師巡回

6/23 (金) 大掃除

こんげつ こめ ちゅうもん う っ 。 ※今月もお米の注 文を受け付けています







### 休日の活動の様子



4月8日(土)のを含しく、「大ーズタッカルビ」を作りました。味付けをした製肉とキャベツ、新宝ねぎ、さつま芋をホットプレートで蒸し焼きにして中央にたっぷりとチーズを乗せ、しばらくしてからふたを開けると、とろーり溶けたチーズのいい番りが・・・。食欲をそそります!アツアツのチーズをからめて美味しくいただきました。また、4月22日(土)、午前中は【魚取りゲーム】を行いました。天気が良かったので、駐車場にビニールプールを設置し、中に入っているカラーボールの中から魚が食型を探すゲームです。みんな時間ぎりぎりまで必死に煮を探していました。午後はおやつに【ポテトチップスとチキンナゲット】を作りました。スライスしたジャガイモを油で揚げ、調味料を入れた袋。にできたポテチを入れてフリフリして、味付けしました。チキンナゲットも手作りです。簡単なのにボリューム満点!そして飲み物はもちろんコーラ!最高の組み合わせですね。











































## カリス通信

(生活介護事業Ⅱ)

ゴールデンウィークも明け、日中は動くと評ばむほどの意味となり、園でも半袖の方がちらほら見られ始めました。さて、カリブでは現在、夏の壁絵を製作中です。今回はみんなの大好きなアイスクリームとかき氷の壁絵を作っています。色塗りをしながら「何味のアイスにする?」「紫味しそう」など、それぞれの思いが詰まった、涼しげで美味しそうな壁絵が間もなく完成しますのでお楽しみに!















### 《活動予定》

6月

#### ♪ 今月の歌 『 かえるのうた 』 ♪

	月		火		水		木	金	
						_	わなげ		作業訓練
						1	散 歩 (サーキット運動)	2	クラブ
5	テーブルカーリング	6	ボウリング	7	健康診断	8	黒ひげ危機一髪	9	ボッチャ
3	キックターゲット	U	散歩 (ボール運動)	,	魚釣りゲーム	0	散 <i>歩</i> (だるま落とし)	9	サーキット運動
10	わなげ	10	ピンポンカップイン	- 14	的当て・空気包	15	作業訓練	16	風船飛ばし
12	ストレッチ運動	13	散歩		キックボウリング		散 <i>歩</i> (芋ほりゲーム)	16	クラブ
19	テーブルカーリング	20	風船飛ばし	01	壁絵作り	22	ボウリング	23	すごろく
18	サーキット運動	散歩 (ボール運動) 21	障害物競走	<b>44</b>	散 歩 (魚 釣りゲーム)	۷۵	ストレッチ運動		
26	的当て・ボール	07	ボッチャ	20	作業訓練	20	ピンポンカップイン	30	大掃除
20	芋掘りゲーム	<i>L</i> , <i>I</i>	27 散歩 (だるま落とし)	28	キックターゲット	29	散歩 (風船飛ばし)	3U	キックボウリング

発行:〒822-0005 直方市永満寺 2978-2 社会福祉法人のぞみ福祉会

Tel 0 9 4 9 - 2 5 - 0 5 2 8

URL http://www.nozomien-noogata.com 発行日2023年6月20日(第292号)



## けんこうしんだん















## さくひんしょうかい作品紹介

先月に引き続き、軽作業班から夏の作品の紹介です。 った。 一方です。 一方です。 一方です。 一方でするない。 一方です。 一方でするない。 一方では、 一方で

【ふきん】







【のぞみ箸】

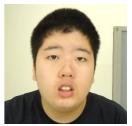








#### とくべつしえんがっこうじっしゅうせい 特別支援学校実習生



野上 翔矢さん

医務室だより

《 熱 中 症 ? と思ったら 》



夏本番を前に、じっとりとした湿気とともに気温もぐんぐん上昇するこの季節。体が暑さに十分順応できていないこの時期から夏に向けて、特に注意したいのが「熱中症」です。熱中症は、気温や湿度の高い環境下で、体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節能能がうまく働かなくなってしまうために現れる様々な症状の総称です。気温が高くなると、私たちの体は汗をかくことによって体内の熱を逃がし、体温を一定に保とうとします。ところが、汗を大量にかきすぎると、今度は体内の水分や塩分が不足して脱水状態となり、めまいや立ちくらみなどの、熱中症の初期症状が現れます。熱中症の重症化を防ぐには、「もしかして熱中症かも・・・?」と疑った時の早めの対応が必要です。周りに熱中症が疑われる症状があった場合には、

#### \*意識があるか? \*水分を飲めるか?

#### 《7月の予定》

7/7 (金) **七夕行事** 

7/11 (火) 嘱託医検診

7/19 (水) 看護師巡回

7/20 (木) 誕生会

7/21 (金) クラブ

7/28 (金) 大掃除

#### 《お知らせ》

- \* 6 $\hat{n}$ 14 $\hat{n}$ をもって、軽搾繁姫のボ林 知瞳さんが退園されました。
- \*  $6 \hat{p}$  1 5  $\hat{p}$  をもって、グループホームの浦田支援員が退職されました。



#### しんにゅうきょしゃしょうかい 新入居者紹介

6月1日より、黒川さんがグループホームに入居されました。 みなさん、よろしくお顔いします。



麗川あゆみさん



### **株当の活動の様子**



5月13日(土)、昼食作りで「こいのぼりのいなり寿司&さっぱり和風ぶっかけそうめん」 を作りました。きゅうりとコーンをこいのぼりのウロコに見立て、『は海苔を貼り付けると、 <sup>でできな</sup>色鮮やかなこいのぼりが出来上がりました。午後のゲームは、逆さにした傘をぶら下げ、そこ にボールが何個入るか競争しました。1つずつ慎重に投げたり、4~5個まとめて投げたり、 それぞれ工夫しながら頑張りました。また、5月27日(土)は、午前中に**カラーボール取りゲ** ームを 行 いました。 5 色 のうちどれか 1 つボールを選び、時間内に同じ色のボールを多く取 った人が勝ちというルールで 行 いました。午後からは「デコレーションケーキ」を作りました。 チーズ蒸しケーキの真ん中をうさぎの型にくり抜き、チョコ蒸しケーキをはめたら…あらまぁ かわいいうさぎちゃんの出来上がりです!





































## カリブ通信

(生活介護事業Ⅱ)

梅雨空でジメジメした暑さのため、鬱陶しい天気が続いていますね。それならば、室内ゲームで楽しんで、そんな意分を吹き飛ばしましょう! 今回の活動紹介は、ピンポンカップインです。自の前に並んだ沢山のカップにピンポンまを投げ入れます。直接入ったり、カップの縁に当たって入ったり、高得点のカップに入ると思わず歓声とガッツポーズが出ます!!









## 《活動予定》 **7**月

#### ♪ 今月の歌 『 めだかの学校 』 ♪

	月		火		水		木		金
	すごろく		的当て・空気包	_	ボウリング		わなげ	_	テーブルカーリング
3	風船飛ばし	4	散歩 (ボール運動)	5	障害物競走	6	散 歩	7	七夕行事
10	黒ひげ危機一髪	11	壁絵作り	12	ピンポンカップイン	13	作業訓練	14	ボッチャ
10	サーキット運動	11	散歩 (魚釣りゲーム)		キックターゲット		散歩 (だるま落とし)	14	キックボウリング
17		1.0	テーブルカーリング	19	ゴルフ	20	風船飛ばし	- 21	的当て・ボール
17		18	散 歩 ( 幸 掘 り ゲー ム )		ストレッチ運動		散 歩 (障害物競走)		クラブ
24	ボウリング	25	黒ひげ危機一髪	26	作業訓練	27	ボッチャ	28	壁絵作り
24	わなげ	20	散歩 (大漁はだ~れ?)	20	水 遊 び <sup>(キックボウリング)</sup>	- 27	散 歩 (サーキット運動)	20	ピンポンカップイン
31	大掃除								
	ゴルフ								

発行:〒822-0005 直方市永満寺 2978-2 社会福祉法人のぞみ福祉会

Tel 0 9 4 9 - 2 5 - 0 5 2 8

URL http://www.nozomien-noogata.com 発行日2023年7月20日(第293号)



## たなばたぎょうじ

7月7日(金)に**七夕行事**を行いました。日中はあいにくの雨でしたが、夜には晴れて、織姫と彦星が見られる事も祈りながら、思い思いの願い事を短冊に書いて管に飾り付けました。「旅行に行きたい」「元気に過ごしたい」等の願い事が書かれていました。最後に、全員で「七夕さま」を大きな声で唄い、とても楽しい時間を過ごすことが出来ました。短冊に込めた皆さんの願いがどうか叶いますように。

























さくひんしょうかい 作品紹介



陶芸班より、**貝皿の紹介です。鮮やかなブルーで色付けされています。ちょっとしたお惣菜などを盛り付けてはいかがでしょうか?** 





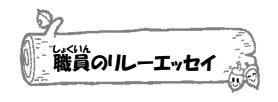


#### とくべつしえんがっこうじっしゅうせい 特別支援学校実習生

6月28日~30日の三日間、八幡西特別支援学校 高等部3年生の仲井さんが実習に来られ、軽作業班 での作業や余暇活動に参加されました。



仲井 颯汰さん





今回エッセイを担当します、太前 童美と前します。4月11日より、陶芸斑にて支援賞として勤務しています。簡単ではありますが、自己紹介をさせていただきたいと思います。私は生まれも育ちも前川で、自然いっぱいの中、虫取りや煮釣りをして完気に育ちました!今では虫は大の苦手ですが・・・。 趣味はジャニーズのライブロVDを鑑賞することです。特に Snow Man(スノーマン)が大好きです!! 小学生の娘がいるのですが、よく二人で「キャーキャー」と騒がしく楽しんでいます。休日にはショッピングモールへお出かけし、可愛い雑貨探しなどをしながら過ごしています! のぞみ園直方で働き出してあっという間に3か月が経ちました。まだまだ覺えて行くことがたくさんあり大変な時もありますが、利用者のみなさんが毎日楽しく過ごしていただけるように頑張りたいと思いますのでこれからもよろしくお願いします。

### 《8月の予定》

8/4 (金) クラブ

8/8 (火) 嘱託医検診

8/10 (木) 大掃除・**早帰り** 

8/17 (木) 誕生会

8/18 (金) クラブ

8/23 (水) 看護師巡回



こんげつ こめ ちゅうもん う っ ※今月もお米の注文を受け付けています





## 休日の活動の様子



7月8日(土)は、【チャーハン定食を食べよう!】ということで、昼食作りを行いました。それぞれに役割分担を染め、具材を切ったり、炒めたり、お皿に盛りつけたりしました。また、餃子スープは、餃子包み器を使ったので、綺麗に包むことができました。カップサラダも添え、まさに、中華屋さんのチャーハン定食が出来上がりました! ゲーム遊びは、夏の漁物詩、【金魚すくい】をしました。ポイを破らないように慎重にすくう人もいれば、強引にすくいあげる人も・・・。たくさんすくうと、みなさんは大喜びでした。お祭り気分を味わうことができました。





































## カリス通信

(生活介護事業Ⅱ)

梅雨が明けると、ギラギラの太陽が照りつけ、本格的な夏へ突入しますね。たくさん汗をかく事が多くなると思いますので、こまめに水分補給を行い、熱中症予防に努めるようにしましょう。さて、今月は【作業訓練】の様子をお伝えします。指先を使って「つかむ」「つまむ」「並べる」などの動作を取り入れた訓練を行っています。細かい作業ですが、みなさんは根気強く頑張られています。













## 《活動予定》

8月

#### ♪ 今月の歌 『かもめの水兵さん 』♪

	月		火		水		木	金	
			的当て・ボール		風船飛ばし		すごろく	_	テーブルカーリング
		1	散歩 (魚釣りゲーム)	2	障害物競走	3	散歩	4	クラブ
7	ボッチャ	8	ボウリング	9 -	作業訓練	10	わなげ	11	———
,	キックボウリング		散歩 (ボール運動)		サーキット運動			•	———
1.4	<del></del>	15		- 16	ゴルフ	- 17	ピンポンカップイン	- 18	壁絵作り
14					キックターゲット		<b>散歩</b> (だるま落とし)		クラブ
21	的当て・空気砲	22	テーブルカーリング	23	すごろく	24	作業訓練	25	ボッチャ
۷۱	障害物競走	2.2	散 歩	23	水 遊 び <sup>(ストレッチ運動)</sup>	24	散歩 (ボウリング)	20	キックボウリング
28	わなげ		30	黒ひげ危機一髪	31	大掃除			
20	キックターゲット		散歩 (ゴルフ)	30	ピンポンカップイン	) । 	<b>散 歩</b> (サーキット運動)		

発行:〒822-0005 直方市永満寺 2978-2 社会福祉法人のぞみ福祉会

Tel 0 9 4 9 - 2 5 - 0 5 2 8

URL http://www.nozomien-noogata.com 発行日2023年8月18日(第294号)

## かき氷作り



8月8日(火)、9日(水)の二日間に分けて、余暇行事でかき氷作りを行いました。かき氷機で氷を削ってお好みのシロップをかけ、フルーツを盛り合わせました。また、サイダーにシロップで色付けしてオリジナルジュースも作りました。かき氷機のハンドルを回すのに少し苦労しましたが、出来上がった冷たいかき氷は暑い夏にひんやりと冷たくてとても美味しかったです。なかなか自分でかき氷を作る機会はありませんが、楽しい時間を過ごすことができたようでした。

































## ぼうさいくんれん 防災訓練



7月13日(木)、**防災訓練**を実施しました。今回は、地震 はっせいご ちゅうぼう からの火災を想定した、通報、避難及び、水消火器 での消火訓練を実施しました。利用者のみなさんは、地震発生時には 机 の下に隠れ、火災発生後の避難も落ち着いて行動することができました。災害はいつどこで起こるかわかりません。訓練 を 怠らず、常に備えておきたいものですね。







#### いむしっ 医務室だより

#### = いざという時のために =

ここ数年、日本各地で大雨による甚大な被害が発生しています。自分の周りでもいつ発生するかわかりません。大事なことは、大切な命を災害から守る行動をするということです。ここでは、大雨が降った時、または予想される場合にするべきことを挙げてみました。

1. ハザードマップや避難場所の確認をする

各自治体のホームページやインターネットからもハザードマップの入手は可能です。家の周辺の危険性の高い場所を把握しておきましょう。また、地域の緊急避難場所をしっかり確認し、万が一の場合に速やかに避難できるようにしましょう。

2. 溝や雨どいをこまめに掃除しておく

でいると雨水がうまく流れず、溢れ出す可能性が高まります。また、家の中への水の侵入を防ぐため、土嚢を準備しておくと良いでしょう。土嚢は自治体で配布しているところもありますが、そうでない場合、二重にした大き目のゴミ袋に水を入れた水嚢を代わりに使用することもできます。

3. 非常用グッズの確認をする

避難時に持ち出せる非常用グッズをリュックにまとめて準備しておきましょう。避難 じに必要なものは、日頃からリスト化しておくと便利です。また、方が一の断水に備 えて、飲料水やトイレなどの生活用水の確保をしておきましょう。生活水の確保は、 ※発酵などに水を張っておくとよいでしょう。

いざという時に、適切な行動がとれるように日頃から心構えをしておきましょう。

#### 《9月の予定》

9/1 (金) クラブ

9/12 (火) 嘱託医検診

9/15 (金) クラブ

9/21 (木) 誕生会

9/22 (金) 大掃除

9/27 (水) 看護師巡回

※今月もお米の注文を受け付けています





## 休日の活動の様子



7月22日(土)は、午前中に「洗濯物干しゲーム」をしました。洗濯当番で 行っているタオル干しをいかに綺麗に、早く干すことが出来るか、5枚のタオル使ってタイムを競いました。日ごろの成果が出たようで、本番になると素早く綺麗に干すことが出来ていました。 「一後からは「フルーツパフェ」を作りました。カップにコーンフレークやりんごやバナナ、ゼリーとフルーツカクテル、バニラアイスを重ねて、最後にホイップクリームを絞り、トッピングを飾って完成です。おしゃれなカフェに来たようでした。みなさんは、皆く冷たいパフェとキャラメルマキアートを満喫されていたようでした。



























カリブ通信

(生活介護事業Ⅱ)

梅雨が明け、毎日のように猛暑日が続いています。魯子さを避けつつも、適度に体を動かし、水分補給、食事が止にうした。 んと摂り、しっかりと休息をとることが、夏がテルシーになります。カリブではそんな暑さを吹き飛ばそうと、夏をかける水遊び】を行いました。プールの中で水をかける夏にないのしてワイワイしながら楽しまれていました。暑いのとれてワイワイしながら楽しまれていました。暑いのとれてワイワイしながら楽しまれていました。魯いとからこそ、思いっきり遊んで、みなさんと一緒に楽しいらこそ、思いつきたいですね!!









## 《活動予定》 **9月**



#### ♪ 今月の歌 『トンボの眼鏡 』 ♪

	月		火		水		木	金	
									ゴルフ
								1	クラブ
4	的当て・ボール	г	風船飛ばし	C	テーブルカーリング	7	作業訓練	0	すごろく
4	ストレッチ運動	5	<b>散歩</b> (だるま落とし)	6	障害物競走	7	散歩	8	わなげ
11	ボッチャ	12	ピンポンカップイン	- 13	壁絵作り	- 14	黒ひげ危機一髪	15	ボウリング
!!	キックボウリング	12	散 歩 (芋ほりゲーム)		サーキット運動		散 <i>歩</i> <sup>(キックターゲット)</sup>	10	クラブ
18		19	わなげ	20	的当て・空気包	21	テーブルカーリング	22	作業訓練
10		13	散歩 (風船飛ばし)	20	魚釣りゲーム	- 21	<b>散歩</b> (大漁はだ~れ?)	22	ストレッチ運動
25	ゴルフ	26	ボウリング	27	ピンポンカップイン	28	ボッチャ	29	大掃除
20	キックターゲット	20	散 歩 (障害物競走)	27	風船飛ばし	20	<b>散歩</b> (すごろく)	23	キックボウリング

発行:〒822-0005 直方市永満寺 2978-2 社会福祉法人のぞみ福祉会

Tel 0 9 4 9 - 2 5 - 0 5 2 8

URL http://www.nozomien-noogata.com 発行日2023年9月20日(第295号)

## しつないうんどう 室内運動



まだまだ暑い日が続きますね。この時期は高温のため、なかなか散歩に出ることができませんが、散歩に行けない時は、運動不足にならないように室内運動を行うようにしています。これまでは、DVDでお手本を見ながら実施していましたが、TVの画面では小さく見にくかったため、プロジェクターを使って壁に映像を映し出して行っています。大画面なのでわかりやすく、みなさんもそれを見ながら一生懸命身体を動かしています。もう少し涼しくなったら、また散歩に出かけてたいっきり体を動かしたいですね!



















#### さくひんしょうかい 作品紹介



まだまだ残暑が厳しいですが、季節は少しずつ秋へと向かっています。そこで、軽作業班より、**のぞみ箸、ふきんの**秋バージョンが出来ましたので、紹介します。







医務室だより

### = 冷えによる体調不良から身を守ろう =



冷え性は寒い時期の代表的な症状ですが、夏場では服装や食事が「冷え」に対して無防備になりがちで、低めの温度のエアコンや冷たい飲み物、食べ物などにより、体温の低下や血行で良を起こすことがあります。これから秋を迎え、体には夏の疲れが溜まっているうえ、昼夜の気温変化も激しくなります。季節の変わり首には、しっかりとした体調管理をしないと「冷え」による思いがけない体調不良につながります。「冷え」から身を守るためには、体を温め、血行を改善することが大切です。次のポイントを参考にして、健康維持に努めましょう。

- \* 首、手、足から冷えるので、その部分の保温をしっかりとしましょう
- \* ウォーキングやストレッチなど軽い運動を 心 がけましょう
- \* 38~40度くらいのぬるめの湯でゆっくりと半身浴をして体の芯から温めましょう
- \* 栄養バランスの取れた食事を摂りましょう
- \* 十分な睡眠をとりましょう

《10月の予定》

10/6 (金) クラブ

10/10 (火) 嘱託医検診

10/13 (金) 運動会

10/19 (木) 誕生会

10/20 (金) クラブ

10/25 (水) 看護師巡回

10/27 (金) 大掃除



こんげつ こめ ちゅうもん う っ ※今月もお米の注文を受け付けています

#### 《お知らせ》

- \*8月26日をもって、利用者の田中崇太郎さんが、退園されました。
- \*8月末をもって、グループホームの窪田支援員が退職されました。



## しんしょくいんしょうかい 新職員紹介

8月29日より、ホームでの清掃・調理専門のパート職員 として、渡辺さんが勤務されるようになりました。みなさん、 よろしくお願いします。



たなべ あっこ 淳子さん



## 休日の活動の様子





























陽が落ちるのが随分と早くなってきましたね。季節の変わり自は体調を崩しやすくなるので、体調管理には十分気をつけて過ごしましょう。さて、今月は【風船飛ばし】を紹介します。うちわや棒を使って風船を打ち、かごに入れ得点を競います。飛んできた風船を優しく下からすくい上げたり、\*\*勢いよく上から打ったりと打ち方には色んな個性が出ます。風船もフワフしてかごから落ちてしまったり、\*全で、資源に飛んで行ったり… 最後まで目が離せません!









《活動予定》 10月



#### ♪ 今月の歌 『大きな栗の木の下で 』♪

	. • 13		\						
	月		火		水		木		金
	壁絵作り		的当て・ボール		作業訓練	_	テーブルカーリング		黒ひげ危機一髪
2	魚釣りゲーム	3	散 <b>歩</b> (ストレッチ運動)	4	サーキット運動	5	散 <b>歩</b> (だるま落とし)	6	クラブ
9		10	わなげ	11	ゴルフ	12	ピンポンカップイン	13	運動会
		10	散歩 (芋ほりゲーム)	, ,	キックボウリング	12	散歩 (大漁はだ~れ?)	10	運動会
16	的当て・ボール	- 17	黒ひげ危機一髪	18	壁絵作り	19	すごろく	20	作業訓練
10	ストレッチ運動		散歩 (ボール運動)		キックターゲット	19	散歩 (風船飛ばし)		クラブ
23	ボウリング	24	的当て・空気砲	25	ボッチャ	26	テーブルカーリング	27	ゴルフ
23	わなげ	24	散 歩	23	障害物競走	26	<b>散 歩</b> (ストレッチ運動)	21	キックボウリング
30	風船飛ばし	31	大掃除						
30	キックターゲット	) ।	散歩 (魚釣りゲーム)						

# NOZOMI

発行:〒822-0005 直方市永満寺 2978-2 社会福祉法人のぞみ福祉会

Tel 0 9 4 9 - 2 5 - 0 5 2 8

URL http://www.nozomien-noogata.com 発行日2023年10月20日(第 296 号)

## 三二建勤会



10月13日(金)にミニ運動会を行いました。午前はピンポン塩リレー、ストラックアウト、午後からは風船運びリレー、障害物・借り物競争、新聞落とし、たま入れをしました。新しい種目のストラックアウトでは、動をしっかり狙ってボールを投げていました。また新聞落としでは、紐にぶら下げた新聞紙をうちわで 蘭ぐ際に、下から扇いだり横から扇いだり、なかなか落ちずに苦戦されていました。応援や歓声の声で大いに盛り上がりました。「来年もしたい」「次はどんな競技をするの?」など、草くも来年の運動会を楽しみにされているようでした。































#### <sup>うんどうかい れんしゅう</sup> クラブ(運動会の練習)



クラブの時間を使って、運動会の予行演習をしました。初めてチャレンジする競技に、みな さんは本番さながらに練習に取り組まれていました。









ぃむしっ 医務室だより

= 冬に多発するウイルス性の食中毒 =



食中毒というと、夏場に勢く発生する病原性大腸菌やサルモネラ菌などによる「細菌性食中毒」をイメージするかもしれませんが、冬場も夏場と間じように注意が必要です。冬場に多く発生するものは、「ウイルス性食中毒」です。代表的なものがノロウイルスで、年間を通してみると食中毒にかかった患者数が最も多いのがノロウイルスによるものです。ノロウイルスの主な原因食品は牡蠣、アサリ、シジミなどの二枚良ですが、ウイルス性食中毒の感染は食品からだけでなく、人や食器などからも経由して拡がります。少量でもウイルスが体内に入ると腸内で増殖して、吐き気や嘔吐、下痢、腹痛などを引き起こします。幼児や高齢者、病気治療中の人は、症状が重くなる場合もあります。ノロウイルスから身を治療ので増殖が、たると場合して、吐き気や心臓があるとしましょう。まために、日常生活で気をつける事は、外からの帰った後、調でがなど、食事の前、トイレの後など、こまめにせつけんを使って、指の間、爪の内側まで丁寧に手を洗うようにしましょう。また、魚角を調理する場合、「生食所養」と表示がない場合は、かずら必ず分を1分間85℃以上で加熱するようにしましょう。まな板やふきんなど台所の調理器具は塩素系漂白剤で消毒するようにしましょう。体調で良いた。なども一般を使って、などは食品のではないまた。これない場合は、ないからのの調理器具は塩素系漂白剤で消毒するようにしましょう。体調であるとウイルスに対する抵抗力が低下するので、発音な適適を運動を行い、栄養や睡眠を十分にとって体調を管理しましょう。ウイルスに対する抵抗力が、免疫力をアップさせることが大切です。

#### 《11月の予定》

11/14 (火) 嘱託医検診

11/16 (木) 誕生会

11/17 (金) クラブ

11/22 (水) 看護師巡回

11/29 (水) 紅葉狩り

11/24 (金) 大掃除



※お米の注文は随時、受け付けています

#### グループホームだより



## 休日の活動の様子



9月9日(土)の湿食作りは「照り焼きチキン定食を作ろう!」と題して照り焼きチキンとサラダ、冷奴、きのこ汁を作りました。鶏肉をホットプレートで焼き、照り焼きのたれを絡めると香ばしい匂いがしてきます。おなか一杯になった後は、「ヨーヨー釣りゲーム」をしました。折り紙で作ったヨーヨーを時間内にどれだけ釣れるかを競いました。また、9月30日(土)は、おやつで「チョコレートフォンデュ」作りをしました。集物やパン、マシュマロ、ポテトチップスなど色々な食材を準備し、上学にチョコレートをディップする事が出来、替~いチョコを塩能されていました。活動では「花火」を行いました。この時期の線香花火は、少し穀しさもありましたが、秋のおとずれを告げられているような感じでした。パラシュート花火はなぜかつも開かず残念でしたが、それもまたいい憩い出となりました。





































## カリス通信

(生活介護事業Ⅱ)

朝晩の冷え込みが、いっそう秋の深まりを感じるような季節になってきました。この時期は、着ていく版にも迷ってしまいますね。さて、今回の活動紹介は、「わなげ」です。
たいは点数がつけられていて、みなさんは高得点を自指して輪を投げます。よーく狙いを定めて、腕を伸ばしたり振ったりして、工夫して投げています。高得点を取ると「妻いね~」「上手ですね!」と誓びが爆発します。









## 《活動予定》 11月



#### ♪ 今月の歌 『まつぼっくり 』♪

月		火		水		木		金	
					作業訓練		黒ひげ危機一髪		
				1	サーキット運動	2	散歩 (だるま落とし)	3	
6	テーブルカーリング	. 7	壁絵作り	0	的当て・ボール	. 9	わなげ	10	ボッチャ
O	ボール運動		散 歩 (魚釣りゲーム)	- 8	キックボウリング		散 歩 (ストレッチ運動)		風船飛ばし
10	ピンポンカップイン	- 14	ボウリング	- 15	ゴルフ	- 16	すごろく	17	作業訓練
13	障害物競走		散 歩 (芋ほりゲーム)		キックターゲット		<b>散歩</b> (大漁はだ~れ?)		クラブ
20	的当て・空気砲	- 21	ボッチャ	22	わなげ	- 23		24	壁絵作り
20	キックボウリング		散 歩 (ボール運動)		サーキット運動				ストレッチ運動
27	ゴルフ	28	テーブルカーリング	29	作業訓練	30	大掃除		
۷1	魚釣りゲーム	20	散 <i>歩</i> <sup>(キックターゲット)</sup>		紅葉狩り		散歩 (風船飛ばし)		

## NOZOMI

発行:〒822-0005 直方市永満寺 2978-2 社会福祉法人のぞみ福祉会

Tel 0 9 4 9 - 2 5 - 0 5 2 8

URL http://www.nozomien-noogata.com 発行日2023年11月20日(第297号)

## やかんぼうさいくんれん 夜間防災訓練



10月26日(木)、グループホームでの火災を想定した**夜間防災訓練**(通報・避難)を実施しました。外はすでに薄暗くなっていましたが、入居者のみなさんは、慌てることなく落ち着いて避難されていました。いざという事態に備え、訓練の継続と日頃から防災意識を持つことが大切ですね。









## きゅうきゅうこうしゅうかい 救急講習会



10月17日(火)、直方市消防署の救急救命士の方を招いて、救急講習会を 実施しました。コロナ禍で、4年ぶりの実施となりましたが、心肺蘇生、AED使用 方法など、いかに初期対応が大事であることを改めて学ぶことができました。

















## とくべつしえんがっこうじっしゅうせいしょうかい特別支援学校実習生紹介

11月6日から17日までの2週間、八幡特別支援学校高等部2 1200年との野上さんが実習に来られ、作業や余暇活動に参加されました。



<sup>のがみ</sup> しょうや 野上 翔 矢さん

### 医務室だより

#### ahdsつねんし ちゅういてん **= 年末年始の注意点** =



今年も残すところ 1 ヶ月余りとなりました。これから年末年始のお休みもあり、楽しいことがたくさんあると思いますが、気が緩んで体調を壊しては元も子もありません。そこで、ちょっとだけ気を付けておきたい注意点をいくつか挙げてみました。

②食事のバランスを考えて食べる

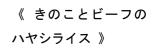
③ 日頃の生活リズムを崩さない

就寝時間や起床時間が遅くなると生活リズムが崩れやすくなってしまいます。いつ もの生活リズムを保ち、食事は1日3食摂取するようにしましょう。また、家にこもっていると体内時計が狂ってしまうので、1日1度は外に出て太陽の光を浴びるようにしましょう。

## きょうしからは



毎日食べる給食、献立メニューだけでは実際 どのようなものかわかりませんよね?そこで、 毎月、【今日の給食】として、ランダムにピックアップして紹介していきたいと思います。 《 ワ カ メ う ど ん キスと野菜の天ぷら 》







#### 《12月の予定》

12/1 (金) クラブ

12/8 (金) 餅つき・早帰り

12/12 (火) 嘱託医検診

12/15 (金) **忘年会** 

12/20 (水) 看護師巡回

12/21 (木) 誕生会

12/28 (木) 大掃除・早帰り

#### グループホームだより



## 休日の活動の様子



10月14日(土)の屋食は、ミートグラタンを作りました。カットした野菜とひき肉に調味料を加えて炒め、アルミ容器に入れてチーズを乗せてオーブンで焼きました。なんとも言えないチーズの香りが食欲をそそりますね。また、カニカマとコーンのカップサラダとデザートの杏仁豆腐も作りました。お腹がいっぱいになった後は、フリスビーゲームをしました。みなさんは、的のリングめがけて慎重に投げていました。

































(生活介護事業Ⅱ)

1 1月に入っても季節外れの高温が続いていましたが、 たいない空気を運び、一気に季節が冬になってしまいました。急激な寒暖差に体調を崩してしまわないようにしないといけません。さて、カリブでは活動の一つである、 にいいいができょうそうにトランポリンを取り入れました。初めてのトランポリンに少し不安そうな様子が見られましたが、いず乗ってみると上手に体を動かして跳ぶことができていました。











## 《活動予定》 12月

### ♪ 今月の歌 『 幸 せなら手をたたこう 』 ♪

月		火		水		木		金	
								1	すごろく クラブ
4	的当て・ボール	- 5	わなげ	6	作業訓練	7	ボッチャ	8	餅つき
4	障害物競走		散歩 (ボール運動)		キックボウリング		散歩 (だるま落とし)		
11	ボウリング	- 12	黒ひげ危機一髪	- 13	テーブルカーリング	14	ゴルフ	15	作業訓練
11	魚釣りゲーム		散 <i>歩</i> <sup>(キックターゲット)</sup>		ストレッチ運動		散 歩 (風船飛ばし)		忘年会
18	ボッチャ	19	壁絵作り	20	すごろく	21	作業訓練	22	わなげ
10	サーキット運動	13	散 歩 (芋ほりゲーム)		障害物競走		<b>散歩</b> (大漁はだ~れ?)		キックボウリング
25	ゴルフ	26	ボウリング	27	作業訓練	28	大掃除	29	
20	ピンポンカップイン	20	<b>散歩</b> (ストレッチ運動)		キックターゲット				

# NOZOMI

発行: 〒822-0005 直方市永満寺 2978-2 社会福祉法人のぞみ福祉会

Tel 0 9 4 9 - 2 5 - 0 5 2 8

URL http://www.nozomien-noogata.com 発行日2023年12月20日 (第298号)



12月8日(金)、年末恒例のもちつきを行いました。朝はこの時期らしい冷え込 みとなりましたが、日中は、気温もぐんぐん上がり、餅をついていると汗ばむくら いの陽気でした。利用者のみなさんは、周りからの掛け声と、ペッタン・ペッタン と餅をつく音に楽しそうに杵を振られていました。つきあがったお餅は、ぜんざい、 こもち きな粉餅などにして、給食で美味しくいただきました。























## きゅうしょく

まいつきだい もくょうび たんじょうかい ぉこな 毎月第3木曜日は誕生会を行っています。 この日の誕生会メニューは、みんな大好きハン バーグでした。また、「丼」ものは、ビビンバ丼。 お好みでコチュジャンを混ぜて食べました。





## もみじが紅葉狩り



1 1月29日 (水) 花公園近くの**紅葉の森へ**紅葉狩りに行きました。とても暖かく絶好の もみじがり日和でした。もみじがみごとに真っ赤に染まっており、利用者のみなさんは、もみじ の葉を手に取りとても嬉しそうでした。頂上のあずまや付近では、散策したり、ベンチに座って紅葉の景色を眺めたりと、それぞれの秋を感じられていたようでした。

















10月より、余暇活動の一環として、不定期ではありますが、**直方市民体育館**を利用しています。バドミントンやボール投げなど、広い体育館ならではの運動ができ、いつもと違った場所で、いつもと違う運動にとても新鮮な気持ちで楽しむことができました。また、体育館では、全国大会やパラリンピックの正式競技となっているボッチャやグラウンドゴルフ、玉入れなどの道具も貸し出しされているので、今後はそれらも使って、もっと楽しく運動に取り組んでいけたらいいなと思っています。

















#### グループホームだより



## 休白の活動の様子



1 1 月 1 8 日 (土)、午前中はピンポンカップインを 行いました。サイコロを投げ、出た曽で投げるピンポン玉の数が決まるため、みなさんは大きい数字を出そうと、投げ方を工夫しながらサイコロを投げていました。午後のおやつ作りでは、**照り焼きバーガー**を作って食べました。バンズを半分に切り、挟むパティは手作りです。ハンバーガーを作る機会なんてなかなかないと思いますが、手作りハンバーガーに大満足のようでした。























#### 《1月の予定》

1/4 (木) 新年行事

1/5 (金) クラブ

1/16 (火) 嘱託医検診

1/18 (木) 誕生会

1/19 (金) クラブ

1/24 (水) 看護師巡回

1/26 (金) 大掃除

※お米の注文は随時、受け付けています





いよいよ今年も残すところ、あとわずかですね。大掃除など、お正月に向けての準備はすすんでいますか?さて、今月の活動は、「ストラックアウト」を紹介します。ミニ運動会でも行いましたが、カリブでも新たに取り入れてみました。フェルトで包んだボールを乾に投げて点数を競います。言得点を狙って投げても乾を超えてしまったり、くっついてもずに落ちてしまうこともあり、力加減がとても難しいゲームです。















## 《活動予定》

1月

### ♪ 今月の歌 『雪 』♪

								•	
月		火		水		木		金	
1		2		3	———	4	新年行事	5	黒ひげ危機一髪
							新年行事		クラブ
0		- 9	テーブルカーリング	10	わなげ	- 11	ボッチャ	- 12	作業訓練
8			散歩 (魚釣りゲーム)		ストレッチ運動		散 <i>歩</i> (だるま落とし)		障害物競走
15	黒ひげ危機一髪	16	的当て・ボール	17	ゴルフ	- 18	ピンポンカップイン	- 19	ボウリング
15	サーキット運動		散 <i>歩</i> (芋ほりゲーム)		キックボウリング		<b>散歩</b> (大漁はだ~れ?)		クラブ
22	風船飛ばし	23	壁絵作り	24	すごろく	- 25	作業訓練	- 26	ボッチャ
22	キックターゲット	۷۵	散 歩 (ボール運動)		障害物競走		<b>散 歩</b> (ストレッチ運動)		わなげ
29	的当て・空気砲	30	ピンポンカップイン	31	大掃除				
23	ピンポンカップイン	30	散歩 (テーブルカーリング)		サーキット運動	d			