

りとるらいふ通信

(社福) みんなでいきる
障害福祉サポートセンター
りとるらいふ
発行日：2023年

立春も過ぎ、まだまだ寒い日は続きますが…暦の上では春が近づいて来ましたね。
皆様、いかがお過ごしでしょうか？今年度のりとる通信も残り2回の発行となりました。
そんな今回のトップ記事は、「りとるらいふの初笑い」です。通所事業所のサービス管理責任者・
児童発達支援管理責任者に年明けに笑った出来事について質問してみました！
今年もりとるらいふに沢山の笑顔が咲きますように！今年もどうぞよろしくお願いいたします。



りとるらいふの初笑い

各事業所の「サービス管理責任者」および「児童発達支援管理責任者」の
にっこにこスマイルと共に…「初笑い」と「1年の目標」を発表します！！

きら

質問①「事業所での初笑いエピソードはありますか？」

新年初出勤日、大雪に備え職員総出の雪かきを覚悟するも、
予報が外れ雪はなし。

質問②「どんな1年を利用者様と過ごしたいですか？」

皆様にとって、いろいろあったけど
楽しい1年だったと思える1年にしたいです。



きら サービス管理責任者
大滝 健一

とも

質問①「事業所での初笑いエピソードはありますか？」

ともではお正月ゲーム大会をして、フロア内には笑い声が溢れました。

質問②「どんな1年を利用者様と過ごしたいですか？」

皆が元気で楽しく過ごし、笑顔いっぱいの一年にしたいです。



とも サービス管理責任者
横尾 美紀



ららん

質問①「事業所での初笑いエピソードはありますか？」

ららんでは、こま作りや、巨大かるた取りをして、
みんなの笑顔が多い冬休みでした♪

質問②「どんな1年を利用者様と過ごしたいですか？」

みなさんと一緒に色々なことに挑戦して、
一緒に喜び合える時間を作りたいです♪



ららん 児童発達支援管理責任者
渡辺 功

もーと

質問①「事業所での初笑いエピソードはありますか？」

冬休み、神社に初詣に行きました。その時に、
一般の参拝客が鈴をカいっばい鳴らした音に子ども達はびっくり！
その表情を見て思わず笑ってしまいました。

質問②「どんな1年を利用者様と過ごしたいですか？」

子どもも大人も、笑顔でハッピーv(^▽^)vな一年にしたいです。



もーと 児童発達支援管理責任者
山田 美春

にこ

質問①「事業所での初笑いエピソードはありますか？」

「祖山さん」を「しょうたさん」と聞き間違えたKさん母。
イケメン職員がいると思いきやオシャレして挨拶に來られましたが…

質問②「どんな1年を利用者様と過ごしたいですか？」

とめどなくあふれ出る「にこにこ(^▽^)」と
おさえきれない「ワクワク♡」の1年に！！



にこ 児童発達支援管理責任者
吹原 和美





冬に食べたくなるもの

きら 岡部職員

冬は寒くなる分、食べ物が美味しくなる季節だと思います。「おでん」「鍋焼きうどん」「カニ」「しゃぶしゃぶ」「すき焼き」「肉まん、あんまん」「みかん」「焼きいも」等食指が動くものばかりです。おでんをよく家で食べますが、我が家のおでんの具はこんにゃく、卵、大根、はんぺん、ちくわ、さつま揚げです。がんもどきも良い出汁が出るので入れたいのですが、好物ではないので入れないことの方が多いです。皆様のご家庭では何の具をいれていますか？鍋焼きうどんは好物ではないのですが、妻が食べたいと毎年一度は言うので、里味の鍋焼きうどんと一緒に食べにっています。しゃぶしゃぶとすき焼きは大好物なのですが、妻が肉の脂身が嫌いとのことで、あまり食べに行けていません。肉まんとあんまんはコンビニで買い物をし会計する際、レジの横に置いてあるのでついつい購入してしまいます。みかんは毎年2箱程、箱買いをしています。焼き芋はドン・キホーテの焼き芋が一番美味しいのでよく購入しにっています。



次回テーマ「冬のファッション」

ぴあんの近況報告

短期入所ぴあんでは、12月の1ヶ月間は『感謝月間』と称し、普段の夕食メニューにセレクトアイスを提供いたしました。チョコやミルク、フルーツなどお好きなものを選び、皆様に召し上がっていただいています。普段のご利用中に見せてくださる表情とはまた違ったよい表情を多く見ることができた1ヶ月間でした。この1年短期入所ぴあんをご利用いただいたご利用者の皆様、誠にありがとうございました。今後とも職員一同、短期入所ぴあんのご利用をお待ちしております。本年もどうぞよろしく願いいたします。



1月エッセイ

冬の思い出

とも 村椿(旧姓 富田)職員

下越から上越に引っ越してきて、私にとっては今回が初めての冬になります。

上越には高校時代、スキー合宿で訪れたことがあるきりです。上越と言えば雪が大変なことになる印象で迎えた冬ですが、そもそも雪が降らないぞと言う事態に、今だに“ここは一体どんな雪の降り方をするんだ…”と天気予報を見つめています。

スキー合宿。もう十年は前のことなのに、今でも思い出すとうわあ…となるイベントです。

降り方も分からないまま乗り込んだリフト、右と左に広がって最終的に転んだ私を置いて滑っていくスキー板、中級者コースに行ったはずがスノーモービルで搬送される友達。その日の夜は何てことだ…と布団の中で泣いて泣いて眠れなかった記憶があります。

翌日。帰るまでに何とか滑れるようにしたいんだな…とインストラクターさんから感じつつ、あと数時間で解放されることだけを考えていました。耐えに耐え時間的にこれが最後の挑戦ですとなり、それがやっと転ばずにコースを滑りきることとなりました。

痣がこれでもかと出来ての帰宅でしたが、今思えば忍耐力や諦めない気持ちを持つと言う良い経験になったと思います。

残りの冬と次シーズンも、頑張っって耐えて乗り切ろうと思います。



次回テーマ 「ひな祭りの思い出」



射法八節



看護師 石塚 香菜

「射法八節」はじめて聞く方が多いかもしれません。この言葉は弓を引くために必要不可欠な8つの一連の基本動作を言います。いきなりですが、私は高校時代弓道部でした！なぜ弓道部を選んだのかというと、小学生の時に読んだ漫画がきっかけでした。幼い頃の初恋の思い出を大切に思っている主人公の女の子が親友から好きな人がいて弓道部の男の子である事を教えられる。部活中のその彼を一目見て、どきどきとした主人公は親友に悪いと思いつつも彼にどンドン惹かれていく。しかもそれが初恋の男の子だった…という物語。その漫画を読んで弓道に興味があったということと【袴を着てみたい(*´艸`)】という理由→そんな理由で白山神社の巫女のアルバイトに応募したこともありましたが(笑)上越にきてからも弓道を続けていた時期もあります。

さて、皆さんは「弓道」についてどのようなイメージを持っていますか？「弓で矢を飛ばし的に命中させるもの」「的の中心にあれば得点が高い」と思っていますか？競技としての弓道は的の中心(的心と言います)にあたるかは関係なく的にあたった的中数で競い合います。しかし弓道は的中数だけが重要な競技ではなく「射法八節」と言われる基本動作を忠実にかつ美しく行い、正しく的に当てることが重要なのです。正しく弓を引くため自分自身と戦う・向き合う競技です。自分のクセは自分で気づくことが難しく、誰かに見てもらい稽古をするという事が大切で、自分との戦いではありますが他者とも切磋琢磨できる素晴らしい競技と思っています。初めての的にあつた時の感動(的にあつた時には聞こえる音が違いなお感動!)・爽快感を感じた時の感覚は今でも忘れられません。しかしだんだんと自分のクセが出てしまい、思うような結果がだせず涙したり…。その時には改めて射法八節の基本動作を振り返りどうすればよくなるのか考え一射一射を丁寧にしていました。そして仲間と励まし合いながらお互いの射を見合っってアドバイスをしたり。高校3年間は部活三昧。弓道を通し、自分を見つめ、的に当てる事だけに囚われない精神面や集中力が養われたと思います。自分を見つめなおす・基本に立ち返りひとつひとつを丁寧にやる事の大切さ、仲間と協力すること、進歩するために考えることを学べた経験があり今の私があると思っています。時がきたらまた再度弓道と向き合う時間が作れたらと思います。



ふぁみりあの近況報



ふぁみりあでクリスマス忘年会を行いました。ふぁみりあの皆様、美味しいお弁当に小山栄養士が作った可愛いケーキを食べられ、とても満足しておられました。また、サンタクロースより皆様にプレゼントを配り写真撮影☆。とてもいい笑顔でクリスマスを迎えました。



秋には日帰り旅行(マリニピア日本海、新潟ふるさと村)へ行ってきました。皆様、イルカショーを見たり、豪華な昼食、お土産をたくさん買って来ました。今年も日帰り旅行を計画しているので、楽しみにしてもらえればと思います☆彡