

つきみの

青森月見寮・つきみのYOU-I・ふらわぁ・月見野作業所・月見野第2・夢香房すてっぷ
じょいん・相談支援事業所じょいん・ホープ URL <http://www.tsukimino.org/>

社会福祉法人

義栄会

青森市東区字月見野918-3

電話 017-(7)2-3000

発行責任者 小畑 敦

社会福祉法人義栄会で運営する事業所を順に紹介しています。
今回はランチ提供やお弁当販売を行う「キッチンじょいん」を中心に、製麺作業や各種受注作業で頑張っている就労継続支援B型事業所『じょいん』です。



じょいん



キッチンじょいん



製麺作業



受注作業



『じょいん』では、利用者みなさんが「キッチンじょいん」「製麺作業」「受注作業」分かれて担当を持ち、毎日それぞれの仕事をもち作業を頑張っています。
これからも、利用者みなさんがそれぞれの作業に積極性と責任感を持ってるように、就労の機会を提供して参ります。
今後ともよろしくお願いいたします。
「キッチンじょいん」へのご来店を心よりお待ちしております。



「私たちがめざすもの」

ふらわぁ 管理者 松尾 嘉則

“ふらわぁ”では放課後等デイサービスという事業をおこなっています。小学生から高校生までの何らかの障害を持つお子さんたちを対象とし、生活能力の向上のために必要な訓練、社会との交流の促進等を通し、自立に向けた支援を行っています。

ふらわぁを利用しているお子さんは7歳～18歳と年齢の幅があり、通っている学校は特別支援学校(以前は養護学校)や、小中学校の特別支援学級となっています。私たちの法人の中では、唯一子どもを対象としており、学齢期だけ支援を提供するという通過施設です。それでも長いお子さんでは、小学校1年生から高校3年生までの12年を過ごすこととなります。日々成長する時期に支援を行うということに責任を感じています。

ふらわぁを利用しているお子さんは、高校卒業とともに、成人の入所施設、通所事業所を利用したり、一般の企業へ就職していきます。現在は様々な福祉サービスがあり、10年ほど前に比べると、お子さん達の進路も随分選択肢が増えていていると思います。

将来、どのような進路に進むとしても身辺処理や、日常生活を送る為のスキルの習得、コミュニケーション支援、就労するために必要な基本的なスキルの習得は必要と考え、支援しています。課題を一人で行ったり、掃除、食器洗い、食器拭き、洗濯などを事業所内で行っています。

また、余暇支援として、余暇の時間を一人でも過ごせるように様々な活動、グッズを用意し、支援を行っています。成人の入所施設、通所の事業所、一般の企業、どこに行っても休憩時間をどう過ごすか、帰宅後の空き時間を一人でどう過ごすかということが課題になることがあります。中にはやることがなく、一般的に観て、不適切と思われる行為(いわゆる問題行動)によって時間を潰すということが出てくるかもしれません。

余暇を好きなことをして過ごすという当たり前のようなことも、支援が必要な方がおり、自立した生活を送るためには必要なスキルとなっています。

ふらわぁを卒業したお子さん達は、まだ若く、ご自宅で過ごされています。今後はグループホームや一人暮らしをする方も出てくるかもしれません。私たちは、そのお子さんなりに自立し、自分らしく暮らしていける力を身に付けることを目指して支援を行っています。全て自分で出来なくても、足りないところは支援を受けながらも、そのお子さんらしい生活は出来ると考えています。

私が青森月見寮で勤務を始めた当時、入所施設は措置制度のもとで支援を提供していました。措置制度は行政が福祉サービスを必要とする人に対し、必要性を判断し、サービスの支給を決定するものです。入所施設の青森月見寮、併設の通所部(現在のつきみのYOU・I)、授産施設の月見野作業所というコンパクトな事業体系でした。その後、支援費制度、総合支援法へと制度が大きく変わり、行政からの措置委託から個々の利用者との契約に基づくサービス提供へと、施設と利用者との関係性も大きく変わってきました。

今日まで障害福祉を取り巻く環境は大きく変わってきましたが、私たち職員に求められる資質、利用者の皆様に関わる際に求められるものは変わっていないと考えています。子ども達の成長の力になることを目指しながら、日々の支援に取り組んでいきたいと考えています。

障がい者支援施設

青森月見寮

炭火焼川よし慰問

令和2年10月14日

今年度は新型コロナウイルスが、世界的に流行し、なかなか外出も外食も出来ない中、炭火焼川よし様より鰻弁当をご提供頂きました。皆さん大喜びで御馳走になりました。一人一人味わいながら鰻弁当を食べ満足したようです。



ハロウィン縁日

令和2年10月29日

今年初で、寮内でハロウィン縁日を行いました。皆さん初めてでドキドキ。楽しみで準備が待っていられないほどでした。初めて行う射的・お菓子釣り・輪投げなどで楽しみお菓子を沢山お土産に持ち帰りました。職員と一緒にハロウィン仮装しても楽しい縁日でした。また、来年も出来たらいいなと笑顔が絶えない日でした。



望年会

Aグループ 令和2年12月1日
Bグループ 令和2年12月8日
Cグループ 令和2年12月15日

今年度は新型コロナウイルス対策の為、三密を避け各グループごとに望年会を開催しました。いつもの望年会とは違い、保護者が参加しない望年会でしたが、時間を有効的に使い余興やカラオケ・ゲーム等とても楽しい日でした。



編集 伊藤・北山・大山

青森月見寮
電話(017)742-3000
FAX(017)742-3384
E-mail
tsukimiyou@tsukimino.or.jp

生活介護事業所

つきみのYOU.I

社会体験

青森市内の新型コロナウイルス新規感染者数が落ち着いていた頃、久々に社会体験を実施しました。

感染予防を徹底しながら、屋外を散策したり、美味しい料理を店内で食べたりと数か月ぶりの社会体験を楽しんでいました。



アニマルセラピー

9月下旬、アニマルセラピーを体験しました。セラピー犬と少しずつ仲良くなり、撫でたり、餌をあげたりして交流しました。



テイクアウト

なかなか外出・外食が出来ない日々が続きますが、テイクアウトで食べるお弁当も美味しいです。お弁当を食べて市内の飲食店を応援できればと思います。



望年会

11月14日体育館で望年会を行いました。今年は規模を縮小し利用者・職員のみに参加でしたが、豪華なお弁当やデザートを食べ楽しく過ごしました。



つきみのYOU.I
〒030-0954 青森市駒込月見野 918-3
電話 017-752-6734
FAX 017-742-8787
メール you_i@tsukimino.or.jp

編集 葛西

多機能事業所(就B生介)

月見野作業所

今年は、新生活様式を取り入れながらの行事に変更して、活動を行いました。

浅虫水族館

11月14日(土)

じゅくりと水槽を覗き込んでいました。



調理実習

11月28日(土)

月に1回の調理実習を行いました。この日はカレーライスを作りました。

タコだ!!

おいしくな〜れ!



忘年会

12月5日(土)

カフオケやダンスビンゴ大会を楽しみました。好きな曲を熱唱♪

曲に合わせてダンス!!

ビンゴ大会をゲット!!

最後は恒例の三本締めで終了しました。



新職員紹介



さいとうまさし 齊藤将司さん

10月19日から就労継続Bのスタッフとして勤務しております。趣味は旅行です。ビール好きです!! 最近お腹が少し出てきたので、利用者の皆さんと一緒にシェイプアップ出来たらいいなあと思っています。よろしくお願い致します!!



あらいけんた 赤石健人さん

11月1日から就労継続Bのスタッフとして勤務しております。前職は海上自衛隊で調理をしていました。体力と、包丁さばきには自信があります。未経験ですが、1日も早く業務に慣れていけるように全力でがんばります!! 宜しくお願い致します!!



月見野作業所

住所 青森市駒込月見野916-1

電話 (017) 74213004

FAX (017) 74213002

メールアドレス

sagyousyo@tukimino.or.jp

編集・櫻井



サークル活動



今年度より月見野第2では、少人数で活動するサークル活動を開始しました。お菓子作りサークルではチョコカップケーキを作りました。ゆっくりに丁寧に色とりどりのケーキを作ることができました。



焼肉会



あいにくの天気の中、焼肉会は行われました。室内での食事となりましたが、いつも以上に賑やかでした。おいしいお肉をいただき笑顔が見られています。来年は、家族の皆さんと屋外で楽しみたいです。



畑作業



今年の秋、さつまいも、かぼちゃを収穫しました。初めての作物で不安がりましたが、なんとか収穫することができました。ブルーベリーは絶好調。おいしくいただきました。来年も挑戦したいと思います。



忘年会



今年度はコロナの影響で施設内での忘年会になりました。午前中は「ねむの木会館」にてニユースポーツで汗を流し、お昼に食堂でお弁当を食べています。その後、スイーツバイキングを楽しみ、サンタさんからプレゼントを貰っていました。皆さんプレゼントに喜んでいました。



月見野第2

〒030-0954

青森市駒込月見野916-2

電話 (017)742-3033

FAX (017)741-4955

メール da12@tsukimino.or.jp

黒いんく注文承ります

編集 山本・田中

就労継続支援B型事業所

じょいん



焼き肉会

令和2年8月22日(土)

今年の利用者と職員で、たこ焼き、お好み焼き等の係を決め、みんなで協力し合って準備しています。その他、男子職員が炭火焼してくれたお肉を中心に盛り付け、食べ過ぎないように注意しながら食事を楽しんでいました。



小牧野遺跡へ

令和2年9月26日(土)

午前中のドライブで

小牧野遺跡へ出かけています。小雨降る中、敷地内を散策したり館内を見て回っています。

「大昔から人が住んでたんだね。」「寒いよね。」等、感想を話し合っていました。



わくわく広場散策

令和2年10月3日(土)

日頃の運動不足を解消しようとわくわく広場へ散歩しに出かけました。

薄曇りで丁度いい気候の中、それぞれのグループでコースを決め、30分から40分程かけて、みなさん、疲れ過ぎないようにゆっくりと散歩を楽しんでいました。



お知らせ



キッチンじょいんでは、お弁当や^{めん類}麺類(生ラーメン・生そば)その他の注文を承っております。お気軽にお問い合わせください。お待ちしております。

〒030-0958

青森市月見野1丁目7の9

電話 017-743-5517

FAX 017-763-0265

メール join5517@tukimino.or.jp



編集 田丸

放課後等デイサービス

ふらわあ

今年を振り返ると、新型コロナウイルス感染症の拡大により、今まで誰も経験したことがないような、一年だったと思います。

それでも、子ども達は皆、大きな怪我や病気、感染症などにも罹らず、一年を終えることができました。ありがとうございます。

これからの時期、インフルエンザ予防も、心掛けていかなければなりません。一人ひとりの予防意識が、今後も強く求められます。

この大変な時を皆様と一緒に乗り越えていきましょう。来年もどうぞ宜しくお願いします！

スタッフ一同



密を避けながらの外出支援！
足湯にマクドナルド
31 アイスクリーム
ミスタードーナツに行きました☆



左からドーナツ
ホイップクリーム
トッピングの順に取って
自分たちで作ったよ！

編集 大森・松尾
放課後等デイサービス ふらわあ
定員 10名、営業時間9:00~17:00
青森市駒込月見野 918-3
電話(017)756-5520
FAX(017)756-5521
E-mail furawaa@tsukimino.or.jp

11月24日より、ふらわあのスタッフとして勤務しています。不慣れの点もありますが、宜しくお願いします。



工藤 かおりさん

新職員紹介

生活介護 夢香房すてっぷ

バーベキュー

9月18日(金)、すてっぷ前の駐車場でバーベキューを開催しました。小雨だったため、食事スペースはすてっぷ館内でしたが、炭火で焼いたお肉に棒パン、そしてデザートにアイスと様々なメニューを楽しみました！



外出行事

10月31日(土)、紅葉を見ながら田代方面へドライブ。天気に恵まれ気持ちの良い一日でした。

昼食はマクドナルドのハンバーガーを食べました。



自治会行事



11月5日(木)「県産食材を食べよう」との目的で、青森のお米「晴天の霹靂」や八甲田牛、八戸のしめ鯖、けの汁等県産食材を使った昼食を皆で調理し食べました！



すてっぷレク

10月3日(土)、中止になったわくわくレクに代わり、すてっぷ館内でレクリエーション大会を開きました。射的、ミニボウリング、ストラックアウトの3種目で点数を競いました！
昼食は夏泊半島大島パーク駐車場に行き、外でシートを敷いて、景色を見ながらお弁当を食べる予定でしたが、着いた途端にまさかの雨。今回は車中より外の景色を眺めながら弁当を楽しみ、その後はドライブで市内を回り1日を楽しみました。



★他にも、行事としてアニマルセラピーや動画を見ながらダンスを踊るなどを行っています。



～アニマルセラピー～



行事～ダンス～

夢香房すてっぷ
〒030-0963 青森市中佃1丁目3-30
電話 (017)741-7255 Fax (017)718-5676
メール step@tsukimino.or.jp 編集 柴田・成田

相談支援事業所

じょいん

初めまして、「相談支援事業所じょいん」です。今回から広報つきみの方にページを頂きましたので、頑張つて皆様に活動報告や情報をお届けしていきたいと思ひます。宜しくお願ひ致します。



スタッフ紹介

管理者

今村 健



相談支援専門員

平田 聡子



相談支援専門員

伊藤 祐輔



※「就労継続支援B型じょいん」と同じ建物内です。

相談支援とは？



障がいをお持ちの方が地域でその人らしく生活するためには、支援や福祉サービスはなくてはならないものになってきています。しかし、一人ひとり状況や困難が違い、自身でニーズに合ったサービスの情報を探し、利用するための手続きをし、支援を受け続けるのはなかなか難しいことだといえるでしょう。

そこで、国は障害者総合支援法に基づき相談支援制度を設け、障がいをお持ちの方が相談を受けるための仕組みが構築されました。置かれている状況や不安、悩みを相談し、その人に合う支援サービスの利用に繋げることが相談支援（専門員）の役割と考えられております。

青森市相談支援事業



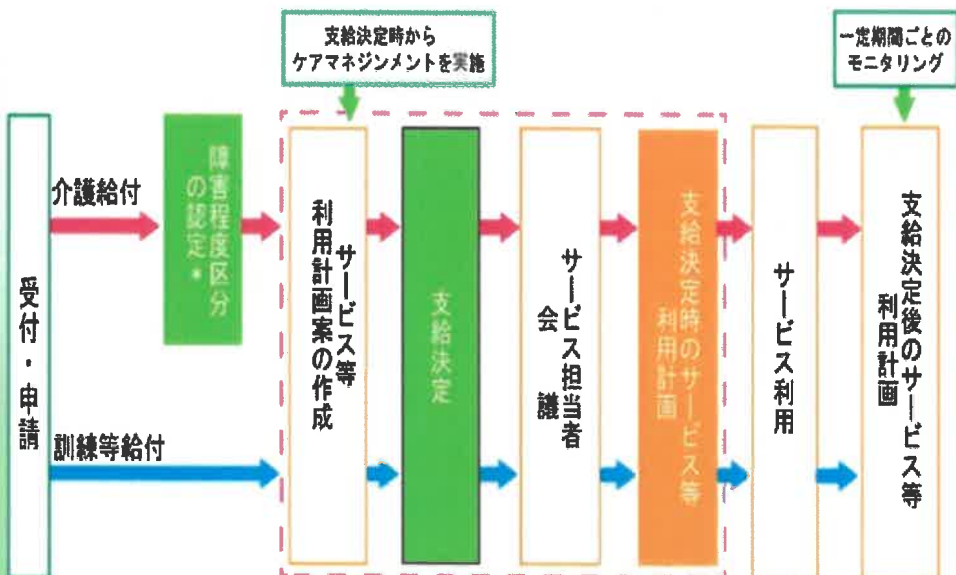
ガイドマップ



↑青森市相談支援事業所
ガイドマップ



支給決定プロセス



福祉サービス利用手順



相談支援事業所

じょいん

TEL 017-743-3755

FAX 017-752-0655

<mail>

Soudan-j

@tsukimino.or.jp

編集：伊藤（祐）

健康だより

青森月見寮管理栄養士 渡辺 直子

冬は、インフルエンザや風邪などさまざまな病気にかかりやすい季節です。食生活に気を配ることで、そのような病気を防ぐこともできます。特に小さな子どもや高齢者が家族にいる人にとっては、日々の食事で健康が増進できるようなメニューを考えたいですね。

今回は冬を健康的に過ごすための食生活のポイントなどをご紹介します。

身体が冷えやすい食事って何？



季節の食べ物を食べることは、健康を促進させます。例えば、夏にはトマトを食べたり冬には南瓜を食べたりする人も多いでしょう。冬場にトマトのような夏が旬の野菜を食べることは、身体を冷やす原因となってしまいます。茄子やきゅうりなどの地面の上のできる野菜や、レタスなどの緑色の葉物野菜を摂取することも身体を冷やす原因となります。身体が食事によって冷えてしまうことで体内酵素の働きが低下し、新陳代謝や免疫力なども低下させかねません。つまり、冬にサラダ中心の食生活を送っていると、風邪をひきやすい身体を作ってしまうケースもあるということです。冬場に野菜をたっぷり摂りたいときには、冷たいサラダではなく根菜類中心の温野菜サラダを食べるようにするなど工夫したいですね。冬を健康に過ごすためには、身体を冷やす食べ物を避け、身体を温める食材を使った食事を摂るようにしましょう。

身体を温める食材はどうやって食べる？

冬に身体を温める食材には、生姜や南瓜などの冬が旬の野菜があります。地面の下のできる野菜として代表的な大根やニンジンなども身体を温める効果があります。そのような食材を手軽に美味しく食べる食事の方法として、お鍋があります。お鍋は、野菜も柔らかく煮込まれていてスープ感覚で食べられるため、お子様や高齢者にも食べやすい食事だといえます。生姜などをお鍋や煮物などにたっぷり入れることで、身体を温めることにも効果的です。カプサイシンが含まれる唐辛子が入っているキムチ鍋等も積極的に食事に取り入れると良いでしょう。生姜は、身体を温めることに効果を発揮する食材であるため、紅茶やスープなど日常的に取り入れやすいですね。



身体を温める食事で風邪を撃退しよう！

今回紹介した身体を温める食事を取り入れることで、冬でも代謝が向上して太りにくくなったり肌荒れが改善されたりするなどのメリットもあります。身体を温めると免疫機能を向上させ、風邪を予防することにも効果的です。食事で身体の中から温めることで冬でも活動的になるため、運動不足解消にもなります。冬場には、日照時間や活動量の低下などから冬季うつ病と呼ばれる精神面に影響を及ぼす病気もあります。ストレスを緩和してくれる身体を温める食事は、冬に活動量が下がってイライラ感のある人や不安感などがある人は積極的に取り入れるようにしたいですね。気分の落ち込みを予防するためにも、セロトニンを増やすといわれるバナナやさつまいもなどを食べることも心がけたいですね。身体を冷やす原因となるコーヒーや刺身などの摂取は、冬場は控えることが大切です。寒さが厳しい冬場は発酵食品や根菜類などを食べることで、身体が温まり代謝が高まります。発酵食品などを取り入れた食生活を送り、風邪知らずの冬が過ごせるようにしましょう。



【年間行事予定】

※新型コロナウイルスの感染状況に伴い、行事予定を変更する場合がありますのでご了承ください。変更の場合は各施設、及び事業所より都度、お伝え致します。

青森月見寮

- 12月29日(火) 正月休み
- 令和3年1月3日(日)
- 2月3日(水) 節分
- 3月3日(水) ひなまつり
- 3月14日(日) 面会日

つきみのYOU-i

- 12月28日(月) 御用納め
- 12月29日(火) 正月休み
- 令和3年1月3日(日)
- 1月4日(月) 御用始め
- 2月、3月に食事を予定しております。

月見野作業所

- 12月29日(火) 正月休み
- 令和3年1月3日(日)
- 1月9日(土) 新年会
- 2月27日(土) ポウリング大会
- 2月〜3月に食事を予定しております。

月見野第2

- 12月28日(月) 御用納め
- 12月29日(火) 正月休み
- 令和3年1月3日(日)
- 1月4日(月) 御用始め
- 1月7日(木) 新宴会
- 2月5日(金) 浅虫水族館
- 3月12日(金) ポウリング大会

夢香房すてっぷ

- 12月28日(月) 大掃除・仕事納め
- 令和3年1月4日(月) 仕事始め・新年会
- 2月3日(火) 調理体験
- 2月12日(金) バレンタインデー
- 2月18日(木)、19日(金) 自治会行事
- 3月12日(金) ホワイトデー

ふうわあ

- 12月28日(月) 御用納め
- 12月29日(火) 正月休み
- 令和3年1月3日(日)
- 1月4日(月) 御用始め

じょいん

- 12月28日(月) 御用納め
- 12月29日(火) 正月休み
- 令和3年1月3日(日)
- 1月4日(月) 御用始め
- 2月27日(土) ポウリング大会

6月初旬より着工して頂きましたグループホームこやなぎの建替工事は、予定通り10月末日に完工致しました。11月初旬に引越し作業を終え、同月11日より、新しいグループホームこやなぎでの新生活が始まりました。パリアフリーの玄関を入ると広々とした廊下、リビングと続いていきます。トイレ、浴室も十分な広さを確保しています。1階2階にあるそれぞれの居室は完全個室となっており、冷暖房完備でより快適に過ごせるようになっていきます。今後は新しい入居者を迎え、新生こやなぎとして地域密着型で始動していきます。これからも利用者の皆さんが安心して生活できる環境作りに努めて参りたいと思います。



【編集後記】

早いもので今年が終わろうとしています。皆様にとってはどのような1年でしたでしょうか。日本では総理大臣が変わり、アメリカでは大統領が変わり、そして私の体重も変わりました。世間ではNiziU(にじゅー)なる女性歌手ユニットが大流行し、アーティストは無観客ライブを行っています。

私は40歳(しじゅー)を前に胃カメラで自身の胃をライブ鑑賞いたしました。くれぐれもお体にはお気を付け元氣にお過ごしください。

月見野第2 山本