

# いとるらいふ通信

(社福) みんなでいきる  
障害福祉事業部りとるらいふ  
発行日：2021年3月

## 新卒職員 インタビュー

あっという間に3月となり、また新たな年度が始まろうとしています。今月号では、今年度最後の「いとるらいふ通信」として、4月に入职した、3名の職員にインタビューをさせていただきました。ぜひご覧ください！！

### 坪井美鈴 職員

#### 【1年を振り返って】

いとるらいふにきて、あっという間の1年でした。様々な利用者さんと出会い、気づき、学ばせて頂きました。毎日が楽しく、やりがいがある職場に出会えてよかったです。

#### 【2年目の抱負】

去年は体調を崩して休ませてもらう事が多く、周りにたくさんの迷惑や心配をかけてしまいました。今年は、体調を少しでも安定させて過ごせるようにしたいです。



### 山口陽菜 職員



#### 【1年を振り返って】

本当にあっという間でした。働いていく中で「お金を得るってすごく大変」「社会人ってこんな感じなんだ」と、分からないながらも少しずつ感じています。

そしてお金の管理が難しい…。親の偉大さを痛感した1年でした。

#### 【2年目の抱負】

2年目は、仕事のオンオフをしっかりと出来るようにし、健康第一で頑張ります。また笑顔で絶やさず、利用者さんの心に寄り添い、利用者さんにとって安心できる人になりたいです。

### 武藤美味 職員

#### 【1年を振り返って】

社会人1年生頑張るぞ！と思っていたのが最近に感じる程、あっという間の1年でした。大変なこともありましたが、振り返ってみると楽しかったことの方がとても多く、笑顔で働けるこの職場が好きだなと改めて感じました。

#### 【2年目の抱負】

社会人1年目として、周りの方々にたくさん助けて頂きました。なので、1年目で教えて頂いた事を維持しながら、自分にできる事を増やしていきたいです。分からないことは聞いて次に活かす！まだまだやります！



4月から1年間、「いとるらいふ通信」をご覧ください、ありがとうございました。今年度は、例年より写真を多く掲載し、よみなさん楽しんで読んでいただけるよう工夫して作成してきました。楽しんでいただけたら、編集委員一同嬉しいです。

## 職員研修の様子



1月29日に生活介護事業所ともでは、口腔ケアの研修を実施しました。当日は「安江たなか歯科医院」の田中歯科医師と歯科衛生士からお越しいただき、口腔ケアの基礎的なお話や、実際の利用者に対するケアについてのアドバイスもいただくことができました。研修の内容を今後の支援に活かしていきたいと思っております。



## 「最近あった身近な出来事」

(ららん 坪井職員からのテーマ)

先日、以前ある中学生から頂いた手作りのカードが、引き出しの奥から出て来ました。表紙には「～猫と冬の日～」と書かれており、内容は猫の親子が登場。読み終わると元気になるんです。ちょっと紹介します。子：「ねえ、時々思うんだ。僕はなんてこんな寒い日に生まれたんだろうって。きっと春に生まれてたら満開の花達に囲まれて。夏なら真っ青な空の下太陽をいっぱい浴びて。秋だったらあっちこちに美味しいご馳走。でも、冬には何も無い。何も無い日に何となく生まれたから僕は弱くて小さくて…。」母：「それで？ついておいで！氷の様な日だって咲く花は咲くんだよ。」以下省略です。今も読み返すと元気をもらいます。嬉しい出来事でした。

ららん 澤井栄子



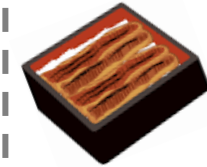
次回のテーマ：「今のあなたのマイフォームは？」

## 「このお店のこの食べ物が大好きです！」

(もーと 鈴木職員からのテーマ)

私は季節限定、期間限定、新製品、美味しい食べ物が大好きなおばさんです。三人の子ども達も私のDNAを受け継いだようで、自分達が見つけたい、実際に行きたいお店の情報を連絡してくれます。私が美味しいと思ったお店ですが、紹介したいと思います。実は私、ウナギが大好きなんです。(苦手な方もいらっしゃるかもしれませんが…) 昨今、ウナギの値段が高騰し、頻繁には食べられないですが、年一回土用の丑の日に主人と一緒に出掛け、食べるのが楽しみです。私のお勧めは、「うなぎ・和食富喜寄」木田新田店です。炭火で焼くシンプルなお店は住宅街にあり、派手な看板はなく、うなぎが駄目という方も和食メニューがありますのでぜひお出かけください！

きら 津幡邦子



次回のテーマ：「おすすめのスイーツは？」

## きら



きらでは、普段違う棟で過ごされている利用者様たちで、お好み焼きを作りました。材料をボールに入れて混ぜ、ホットプレートの上でまあるく形を作り、焼きあがるのをじっと待っていました。お皿に盛ってソース、マヨネーズ、かつお節などお好みでかけて…できあがり！アツアツのお好み焼きを、ふうふうとしながら、おいしそうに食べていました。

## とも



ともでは祝日開所時に初の！映画の上映会を行いました。ご利用者の皆様、大画面に映し出されたドラえもん映画を、食い入るようにご覧になられていました。映画といえばポップコーン！🍿に、ドリンク！🥤を食べ飲みしながら、和気あいあいと、楽しいひと時を過ごすことが出来てよかったです♡

## らん



2月のらん日曜イベントは、「雪遊びと温泉♨️に行こう！」でした。スキー場でそりを使って滑ったり、転がったりして雪にまみれての遊びは笑顔と笑い声がいっぱい。雪遊びの後、温泉で汗を流すと、みんなの「気持ちいい〜♪」の音が浴室に響いていました。

## にこ



3月3日は桃の節句ということで、ひな祭りですね。にこが入っている福祉交流フラザの1階には、現在たくさんの雛人形が飾られています。先日、皆でそのお雛様を見に行ってきました！色とりどりのお雛様や雛飾りに「きれい！」「1つ1つ違うんだね〜！」と声を上げて楽しんでいた皆さんでした。


## もーと



もーとでは、ゼリー作りをしました！生クリームや砂糖のお星様を盛り付け、キラキラのゼリーをさらにキラキラに！おまけのキノコとタケコのチョコは、どっちが良いか選んでもらいました。ちなみに、もーとはタケノコ派の子どもたちが多かったです。

## 『私をトリコにしているもの』

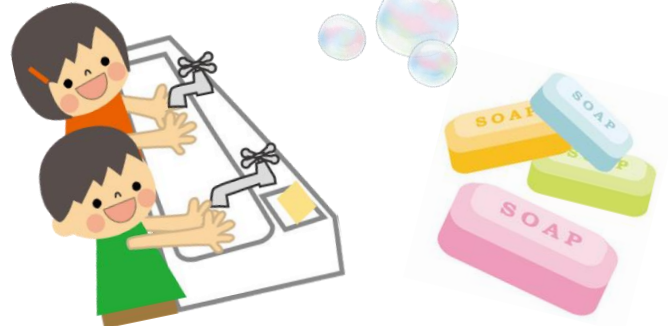
### 看護 主任 石塚香菜



「今回、コラムをお願いします！」と言われ、初めてのことで戸惑っています、石塚です。はじめましての方々も多いと思います。普段は、とも・きらを中心に働いています。どうぞよろしくお願いします！私には中2、小2二人の子供がおります。二人の育児に、仕事に…てんてこ舞いな毎日を送り疲れ果てていた時、前職場の先輩でアロマサロンをオープンした方がいました。身体的にも精神的にも癒やしを求め、アロママッサージを受けてきました。その時、さらに私をトリコにしたある物に出会ったのです！それはなんでしょうか？それは…“手作り石けん”でした。トイレに入った時、珍しく固形石鹸があるなど最初は思ったくらいでした。使用してみたら…びっくり！なんてしっとりとした洗い心地♡洗い終わったあとのしっとり感がいつもと全然違う…！またこの石鹸で洗いたいと思うほどでした。みなさん、「石鹸なんてどれも一緒でしょう？」と思っいませんか？私も石鹸にはそんな大差はないと思っていましたが、“手作り石鹸”に出会って、こんなにも使い心地が変わるのかとびっくりしたことを覚えています。手作り石鹸の良さは、しっとり感♡(\*´▽`\*)保湿力の高い市販品のものよりも、洗ったあとのしっとり感の高さ。すっかり惚れ込んでしまった私は、その先輩のサロンの手作り石鹸教室に通いつめ、ハンドメイド石けん協会のジュニアソーパラーの資格をとりました(笑)手作り石鹸の知識を身につけ、オリジナルのレシピで作っています。

手作り石鹸はオイルと精製水と苛性ソーダを使って作るのですが、求める洗い上がりによって選ぶオイルや配合の割合も変わってきます。それを調整することで石鹸の性質を変えることができ、しっとりとした洗い心地になったり、逆にさっぱりとしたものになったり…。その調整がなかなか難しく、手作り石鹸は奥が深い…。使うオイルや分量により、硬さ・泡立ち・使い心地が全然違います。自分の肌に合わせて調整できるのも、魅力の一つです。そして、作ってすぐに使えるものではなく、保温・乾燥・熟成を約1ヶ月させ、ようやく使えるようになるのです。その出来上がりを楽しみに待つ…それがまた、たまりません♡

新型コロナウイルスの流行もあり、手洗い、アルコール消毒の日々で、手荒れとの戦いです。手作り石鹸を楽しみつつ、楽しく手洗いができたらいいなと思っています。しっとりくる使い心地のレシピを求め、日々探究中です♡



## 12~1月のきら 外出の様子



きらでは、普段一緒に活動しているメンバーに分かれて、福祉交流フラザ内にある「カフェ・アポアン」さんにランチへ行ってきました。店内のオシャレ～♡な雰囲気を感じながら、おいしい食事🍴を召し上がり、お腹も笑顔もいっぱいの楽しいひと時となりました♡またぜひ行きましょう♡