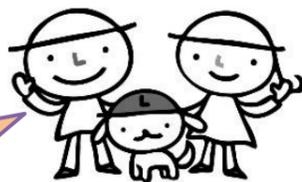


# いとるらいふ通信

(社福) みんなでいきる  
障害福祉サポートセンター  
いとるらいふ  
発行日：2023年9月

あっという間に8月が過ぎ、9月になりました☺️🍁少しずつ気温も下がり、過ごしやすくなってきましたね🌟9月と言えば…1年で最も月が美しいと言われている、十五夜があります🌕🍡今年十五夜は9月29日だそうです。皆さんも美味しいお団子を片手に、お月見してみたいかな？🌕🍡さて、今月号通信のトップ記事は、夏の思い出特集となっております🌞皆さんの夏の思い出を思い浮かべながら…🍻ぜひご覧ください🍻



## 夏の思い出

### とも

ひんやり涼しい室内で行われた、大白熱の金魚すくい大会の様子をお届けします♪  
賑やかな雰囲気でも盛り上がる中、15匹をすくい上げる達人が誕生(笑)  
大盛り上がりの日でした♪

久しぶりに復活した調理イベント(〜)流れてくるそうめんを上手にキャッチして、皆さん笑顔で召し上がられていました。  
今年は暑くて室内だったので、来年は屋外で楽しみたいですね♪

ストローやスポンジを使って、爽やかなパブルアート制作を行いました♪  
一人一人のこだわりが詰まった、素敵な作品に、職員もご利用者様達も癒されていました(\*〜\*)



### きら

きらの畑でとうもろこしを収穫しました！  
茹でたてホクホク♥  
茹でたてのトウモロコシは美味しいなあ〜(〜)🍷🍷。あっという間になくなっちゃいました🍷  
またたべたいな〜🍷

廊下の汚れをお掃除していると利用者さんがお手伝いに来てくれました！  
あとはどこ汚れているかな？  
ここも汚れてる！  
汚れを見つけてピカピカに磨いてくれました(\*^▽^\*)

外出イベントでご飯を食べに行きました！  
何食べようかな〜？丼ものやそば、お寿司等自分の好きなものを頼んでパクリ(〜)🍷🍷。みんなで食べるご飯は美味しいね🍷  
久しぶりのお出かけ楽しかった〜🍷

### ららん

夏休みがスタートしました！  
みんなでかき氷を食べたよ(〜▽〜\*)  
イチゴ味にしようかな？  
それともアイスはチョコ味にしようかな？  
迷っちゃうな〜(〜)🍷  
夏休みの思い出たくさんつくろうね！



アツアツのたこ焼きを食べました！  
大きなお口であ〜ん(〜▽〜)熱い！熱い！(〜)🍷  
たこ焼きもジュースも美味しい(〜)🍷  
おかわりはないの？(\*^▽^\*)  
みんなの笑顔がみれて職員も嬉しかったです！

みんなで風車をつくりました！  
はしっこを折り曲げて、模様をつけたよ(〜)🍷  
ストローで息をふきかけるとビューンって回った(〜)🍷  
夏休みは沢山の楽しい思い出ができました🍷



### もーと

今年の夏は「はじめてのおつかい」に挑戦！  
おうちの人から頼まれたものを探し、自分でお会計もしました。お迎え時に「どうぞ」「ありがとう」とご家族のやりとりが微笑ましく、職員のいい思い出になりました🍷

夏休みは水遊びからスタート！室内チームは、ゆったりと足をつけて遊び、外チームは全身水を浴びて遊んだりなど様々な遊び方で満喫しました(〜)🍷

能生までお出かけをし、ジェラートを食べてきました！  
自分たちで好きな味を選び、イートインスペースで「いただきます！」ひんやり冷たいジェラートは最高〜！でした🍷

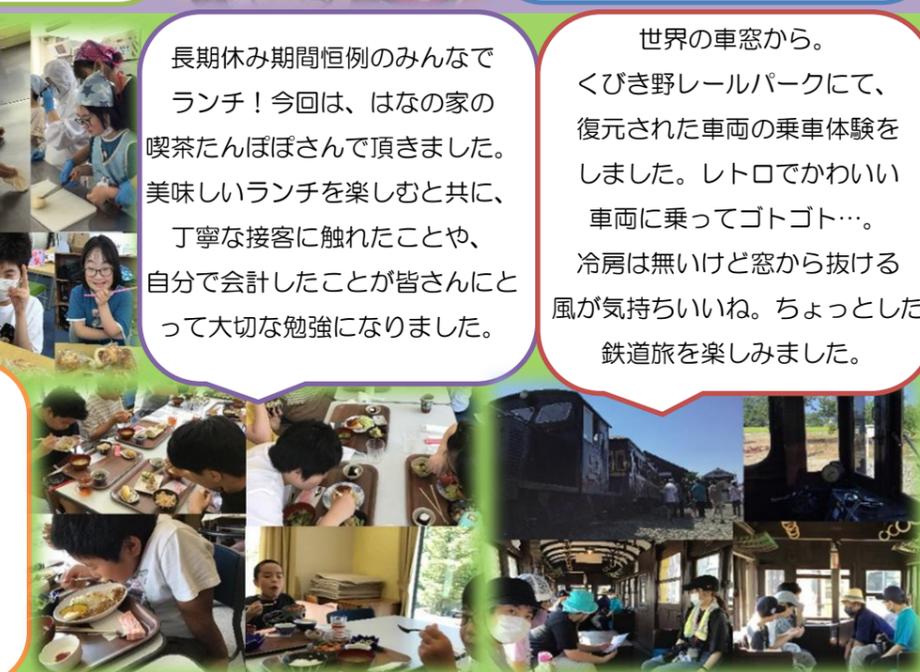
### にこ



長期休み期間恒例のみんなでランチ！今回は、はなの家の喫茶たんぼぼさんで頂きました。美味しいランチを楽しむと共に、丁寧な接客に触れたことや、自分で会計したことが皆さんにとって大切な勉強になりました。

世界の車窓から。くびき野レールパークにて、復元された車両の乗車体験をしました。レトロでかわいい車両に乗ってゴトゴト…。冷房は無いけど窓から抜ける風が気持ちいいね。ちょっとした鉄道旅を楽しみました。

つくし工房さんでパン作り体験をしました。作り方を丁寧に教えてもらい、我々がこのパン職人(見習い)も頑張った！  
できあがったパンはバッチリ、親御様も出来栄にビックリ！  
お家で美味しく頂いたそうです。



# 「最近のブームは…」

看護 石塚香菜

最近、娘とハンドメイドにハマっています。

上の娘は、小さいときから絵をかくことや小麦粘土で好きなものを作ったり…モクモクと全集中！

その影響を受けたのか、下の娘も絵を書いたり折り紙をして作品づくりが好きなようです（ちなみに私よりも上手！）

小学校に入学し夏休みの宿題をきっかけに、ワークショップがあれば参加して（結構色々なイベントがあるんだなあと初めて知る）見守っていましたが、途中から見ているだけではなく、私も一緒にやってみようかしら！と思い、はじめてみたところ… なんだか私もハマり始めてしまいました（^\_^）

今では、ワークショップイベントを探しては参加しています！リース作りやスワッグ作り、ガラス皿作りやシャインカービング、ハーバリウム作り、カルトナーージュ、レジンアクセサリーを作ったり、ジェルキャンドル作り…などなど色々してきました（^\_^）

同じものを作るにもそれぞれの感性の違いで、全然違うものに出来上がっています。

上の娘は、思うがままにサクサクっと迷わずに色を選び、レイアウトも気にせず？（気にしているかもしれないですが、あまりの選択の速さにそうは思えない母です www）さささっと作り上げる感じ。でもとってもいい具合にできあがるという！下の娘は、ある程度これ！というものを決めて、ベースとなるものを作り、組み合わせを変えたりすることもあれば、何もやりなおさずに即決で完成することも！

子供の感性はやはり豊かなもので、色々迷い迷い考えながら作ろうとする大人の私よりも上手に完成している気がします（笑）でも、私は私で…自画自賛していますが！！

最近、娘を誘っても断られてしまうこともあり、一人でワークショップに参加することもあります（^\_^;）子どもと一緒にすることも楽しいですが、一人でモクモクと作業に没頭することも、【自分の時間】を満喫でき、リフレッシュになるいい機会となっています！そして家でも作ったりしていますが、ワークショップでは、時にその道のプロがテコ入れしてくれることもあるので、より満足のいくステキな作品ができるのです（笑）



## ～4月以降の入職者のお知らせ～

- 町田 杏奈職員 生活介護事業所とも
- 箕輪 真由美職員 放課後等デイサービスららん
- 山保 まゆみ職員 雑貨屋もーとの縫製職員



よろしくお願いします！

# リレーエッセイ

今年度は、職員についてより知って頂きたいという思いから、リレーエッセイだけでなく、その職員の好きな物・事柄がわかる【私を構成する5つの要素】を紹介します!!



とも 前田職員

### ①マイペース

家族や友達に呆れられるほどのマイペースです(笑)

### ②息子

もう少しで1歳になる息子の可愛さに癒されながら子育てに奮闘中です！

### ③珈琲

コーヒーマイルド豆を挽いてゆっくりドリップして香りを楽しむのが至福時間です！

### ④お菓子

甘い物が元気の源で、子どもの頃からずーっとビスコが大好きです♡

### ⑤断捨離

家の中も気持ちもスッキリするので定期的に断捨離 DAY を設けています！



### 「私のNo.1ご飯に合うおかずとその魅力」

私はごはん（白米）があまり好きではなく、どちらかというとパンや麺のほうが好みます。さらに栄養バランスを気にしないでいいならば、お菓子があれば生きていけるので、このお題をいただき少し困りました…。

そんな私でもごはんを食べ進められるおかずは、お義母さんの作る生姜の佃煮です。（おかずではなくごはんのお供ですね…笑）生姜の辛みがほんのり残りつつ、醤油と砂糖で甘辛く煮詰められ、鰹節がアクセントになっていて、ごはんが美味しく食べられる味付けで、家族みんな大好きです。お義母さんいわく、新生姜で作るのがポイントだそうです。

少し前に同居してお義母さんの作る料理を食べることも増えて、家族で楽しく食卓を囲むことで、以前よりごはんを美味しく食べられるようになり、白米嫌いも克服されつつあります。これからお義母さんに色々な料理を教えてもらいながら、いつかは私も生姜の佃煮を作れるようになりたいなあと思います。

次回のテーマ『休日の過ごし方』



ぷあん 小嶋職員

### ①周りの方々の優しい気遣い

私は、これで過ごさせてもらっている。と言っても過言では、ありません。

### ②私以外のすべての存在

自身を知る為には、欠かせません。

### ③コーヒー

毎日必ず飲んでます。

### ④携帯

YouTube、TikTokの視聴が趣味です。

### ⑤歌

私を勇気付けてくれるものです。



### 「私のストレス発散法」

私の最近のストレス発散は買い物をする事です。コロナが流行する前は友達とお酒を飲むことが休日の楽しみだったので最近では全くそれもできず。そこで新たに発見したストレス発散方法が買い物をする事です。今まで全く気が付かなかったのですが、私は物欲を満たすことでだいぶスッキリする性格なようで、最近では何かあると「あー買い物したい！」と思うようになりました。

コロナ禍になり、遊びに行かない分、だいぶ出費も減ったのでその分買い物をして経済を回していきたいと思っています。

今までは何度も悩んでから購入するタイプだったのですが、今は感情の赴くままに好きなものを購入するようになりました。もちろん無駄遣いはよくないですが、適度にストレス発散をしてリフレッシュしたいなと思っています。

次回テーマ

『ジャンボ宝くじ(10億円)に当たったらどう使いますか?』

