

作業所日記

内堀 真樹子

今年も暑い夏になりました。作業所のメンバーも来所するだけで汗をかいているので、来所後すぐにTシャツに着替えて身支度を整えてから、作業所の一日が始まります。内職は繁忙期の時期よりも少し落ち着いて、採尿セットの中身入れやカードの封入作業、贈答品用の化粧箱折りなど行っています。作業以外では作業所班のメンバーを2チームに分けて、元気プログラムに皆さん参加していただいています。

畑はハウスに寒冷紗をかけて扇風機を使用していますが、とても暑いので少しでも体感が涼くなるよう扇風機の前に散水ノズルを霧にしてミストを出し、首に冷たいネックリングを着用して作業を行っています。休憩時間に顔を洗うメンバーいて、気持ちよさそうです。熱中症予防のため、いつもより休憩をこまめにとっています。休憩所が完成したので、休憩時間は休憩所で涼むことができるようになりました。エアコンの効いた部屋に入ると涼しくてほっとしますね。皆さん最初は無言で涼しさを感じていますが、体が落ち着いてくると、元気にいつものおしゃべりに花が咲き、汗が引いたところにまた作業再開です。



トウガラシや千日紅の苗が育ったので、1サイズ大きいポットに植え替える作業や追肥作業、赤土をふるって腐葉土と混ぜて用土を作る作業などを行っています。今月は北鹿浜公園や大谷田南公園の花壇の花の植え替え作業もありました。両日ともに暑い日でしたが、北鹿浜公園は500個近い花をきれいに植え替えてきました。さらにこの時期は除草作業や剪定などお庭のお手入れのお仕事も多く、久保さんや斎藤さん、桑原さんや松本さん、越前谷さんや

岩本さんも活躍しています。また北療育センターの除草作業もありました。ひたすら草取り用のカマを使って草をとっていく作業ですが、生い茂った草をとるのはなかなか大変です。でも園庭の芝生のお手入れの作業もあり、皆さん芝生に生えているクローバー取りは好きらしく、連日の作業でも楽しそうに作業に向かってくれます。北療育センターで大粒の汗を流しながら草取りをしている越前屋さんにカメラを向けると、笑顔でポーズ。その笑顔にこちらも励まされて一緒に除草作業を頑張れました。公園清掃は除草作業やペットボトルや飲食ゴミが多いですが、時間をかけて掃除をしてきれいに行っています。この暑い時期、皆さん頑張っています。8月もまだまだ暑くなりそうですが、もうすぐ夏休み！楽しみもあるので、体調を整えていきましょう。



さわやか森林浴！

赤城自然園ハイキング



6月21日に赤城自然園へハイキングに行ってきました。自然と人間との共生をテーマに、長い年月をかけて植生を入れ替え、植物がいきいきと育ち昆虫や小動物が棲みやすい環境をつくり、標高差の違う植物を自然な姿で見られるよう、一から植え育ててきたことで、多くの種類の昆虫も棲みつき、あたかも最初から今の姿があったように感じられる豊かな森です。とても整備されているのんびり

歩くには最高で

す。暑くなるかも…と心配しましたが、大樹の下、木漏れ日の中を歩くのはとても気持ちよく汗をかくこともほとんどありませんでした。有名な？つつじの季節は過ぎていましたが、そこここに小さなかわいい花が咲いており、「かわいい～！なんという花？」という声がしょっちゅう聴かれ、榑崎さんや秋葉さんが教えてくれます！へえ～と言いつつも…覚えられない・・・(-_-) 池の



上の木に産み付けられた「モリアオガエル」の卵を発見し、「ほら！！あそこ！見える？」とみんなで教えあい、よく見るとたくさんの卵がありました。そして、池の中には小さな小さな生まれたばかりのオタマジャクシの姿も発見！さらに「イモリ」が泳いでいるのも発見！「どこどこ?? 見てみて！あそこ！！あ～隠れた～」と。今回のハイキングは、ほ～～んとに、のんびり・・・ゆったり・ワイワイ。皆さんにもお勧めです(*^^)v (池田)



PRESIDENT'S OFFICE ビジネスシーンを盛り上げるメディア



「PRESIDENT'S OFFICE」(プレジデント・オフィス)という雑誌で榑本ゆいなさんのインタビューを受けました

カルチャー教室 今後の予定
水彩画・習字・陶芸
8月はお休みです。

<https://president-office.net/4784-2/>

< 花売り情報 >

8月 7日(木)・19日(火)・27日(水) 竹ノ塚センター

8月20日(水) ビッグ・エー南花畑店

8月21日(木) ベルクス古千谷

奥君日記より (2025年7月)



- 1日 今日から7月で早いものだ。そして昨日もやったが、今日は2階の奥で元気体操をやる。A班の皆といっしょに、何時もは少ない人数だけど違った。水彩は「ガザニア・バナナ・サツマイモ」を書いた。色を塗る前まで、つまりデッサンは上手だ！と大川先生!!
- 2日 音楽は小林先生。「今日も暑いわね」が印象的だ。汗ふきながらピアノ演奏するのが印象的だ。と言う事で初めの2曲は、「アイスクリームとカキ氷の歌」をうたった俺達だ。
- 3日 さて、本日はエアロビ後半の為検尿の内職閉しも出来た。エアロビでは相手の立場を考えず、一人騒いでいた俺が居た。水越君の足についてだ。
- 4日 午前は内職で、午後より職員田中さんと公園掃除に行く、余り早く帰ったので、公園と作業場の掃除を手伝って来た。
- 7日 セタの今日は、「7・7・7となる日だった」帰りに駅で「7・7・7」が印字された切符を買った！今日の元気体操は10時位まで3階で体を動かした。本当はA班の俺、今日は人数が少なくB班の皆とやる。B班は静かだと思った？その後内職は検尿だ。
- 8日 本日A班が朝より元気体操をやる。そして終わったら水彩で「ブロッコリー」等を書いた。やっぱり俺は色を付けると駄目だ。給食当番は俺・宮島君・越前屋さんの3人。早めに終えた方だと思う。その後は検尿の内職だ。
- 9日 今日A班が始めに元気体操を3階でやる。この「元気体操」職員が一番楽しそうだ！午後のスポーツセンターは15人位で行く。パラリンピックに出た、ラグビーの池崎さんが来ていて皆と同じに体を動かした。本物の金メダルを始めて見た！
- 10日 今日のエアロビは、この頃調子の良い俺は最後のリズム体操まで青木先生と一緒に。内職は「スマロイド」と言うのをやる。帰りは降りそうで降らない雨と雷の音が凄かった。
- 11日 さて本日も元気体操を朝のうちにやった。それにしても、楽しそうなのは職員木根さん「リズム体操の勇氣100パーセント」は本当に楽しそうだ。座ったままでもできる振り付けで、村田さんにも座って楽しそうにやっていた。久々にやった陶芸では、「藤牧君の茶碗が良い出来で褒められた」そしてカルチャー水彩があった。俺が書いている絵も、職員田中さん曰く「上手」と言われた。気分が良いのも一時だけで大川先生曰く「全部が全部、自分で書いた訳ではないから」俺曰く「だけど、手伝ってとは1度も言ってない」
- 15日 俺・大塚・清水君で上手に土作りをした。帰りは雨に打たれびしょ濡れで帰宅。
- 17日 今日は作本職員と秀島さんが花売りに行く。天気も良く沢山売れたのでは・・・？午後は畑の入り口で丁寧に草を取る水越君とビニールハウスの横で草を取る俺が居た。何か遠君と水越君は「ライバル」みたいだ。
- 18日 午前は花の並べ替え。午後は作本職員とポット上げをやった。水越君に「三連休どこかに行かないの？」と聞かれた。俺曰く「三連休は、選挙行かないの？水越君は！」選挙の話をするると静かになった。
- 22日 大川先生の水彩は「スイカ・さるすべり」を書く。簡単そうな難しい絵だった。大山君の好きな選挙について話が出来て良かったね。家で分けあって手が痛い。腕なんて怪我したくない、と思った。



あしの家だより



【西新井ホーム】

石井 路代

うんざりする程、毎日暑い日が続きますね。梅雨もいつの間にか開け、涼しい筈の北海道も40℃に迫る気温で天気予報の日本のマップは、ほぼレッドマーク😓😓 そんな猛暑でもメンバーはいつも通り通所されています。頭の下がる思いです m(_ _)m

今月の20日は、和也さん、明久さん、仁さんは、バスに乗って散髪に行きました。三人ともさっぱりされて戻りました。柴田さんは同じ日に事業所の方たちと、たまごかけご飯を食べに行き、その後で後楽園へ行き、おばけ屋敷や絶叫🎢系の乗り物に乗って来たそうです。お化け屋敷は本当は怖くて入るのは嫌だったそうですが、柴田さんは頑張っって皆さんとクリアしたそうです。やはり若さですね😊 勝さんは、8月のお盆休みにガイドヘルパーさんと一緒に外出される行き先を、話してくれました。今からワクワクですね💡

酷暑が続きますので、水分補給や、食事をしっかり取って、皆さんと一緒に、夏本番を乗りきりたいと思います。

【西伊興ホーム】

生駒 享子

梅雨も あっという間に終わり夏本番となりました。猛暑でメンバーさんの体調が気になる毎日です。が、メンバー皆さん食欲旺盛で、食事は残さず召し上がって頂いているのでホッとしています★ ある日の夕食の出来事…青木さんが夕食を食べ終わると大きな声で『ありがとう!』と言われ、周りのメンバーや私はビックリ!!いつもは、『ごちそうさま』なんだけど!? もしや、メニューの中に大好物があつたのかな?と思いながら『ありがとう。』の言葉に感動! 心に響きました。嬉しい出来事でした。

潮干狩り、ハイキングとイベントも終わり🌻お盆休み🌻帰省される花田さん、松本さん、青木さんをご自宅でゆっくりして下さいね。今から休み中の予定を相談している安部さん、増田さん、田沢さん! 皆さん夏休みしっかり楽しんで、いっぱいお話を聞かせて下さいね。(食べ過ぎには要注意!) 😊熱中症には気を付けて! こまめに水分補給をしてこの夏を乗り切りましょう~!!

編集後記

連日の酷暑、皆様お元気にお過ごしですか? 作業所メンバーは、おかげさまで元気に過ごしています(*^_^*) さて今月は最近読んだ本を紹介します。まずは「休養学: あなたを疲れから救う」片野秀樹著 医学博士であり、日本リハビリ協会代表理事として“休養学”を提唱。休養という行為を7種類に分類し、それらを適宜組み合わせ、自分が最もリフレッシュできる休み方を見つけることを提案しています。休日家にじっとしてられず、公園や荒川土手・・・とにかくどこかへ出かける、本を読むのも少し遠くの公園まで徒歩や自転車で行って読んでくる・・・うろうろしている私の休養の仕方を肯定されたようでニンマリ! 2冊目は「わたくし96歳が語る16歳の夏~1945年8月9日~」森田富美子・森田京子(著) 16歳の時長崎で被爆し、90歳を機に「語り部」となることを決意し、その話を書き留めていた長女がまとめた「カタリベの記憶」です。折しも8月。被爆体験者が少なくなる中、体験をしていない私たちが次の世代へとつないでいかなければならないと思っています。身近にも足立区原爆被害者の会の方々か体験を書かれた「原子雲Ⅰ~Ⅴ」があります。20年近く前の編集時、私は皆さんの原稿をPC入力するお手伝いをしました。足立区内の図書館にもおいてあるはず。 (我が家にもあります) 今だからこそ「平和は自分たちで守るもの」と思いを強くしています。ぜひ一読を! さて最後は障害を持つ方々の支援をしている方向け「知的障害をもつ人への心理療法 =関係性のなかに立ち現れる“わたし”」中島由宇(著)正直読みやすいとは言えませんが、障害を持つ方々と向き合う時の参考になるとと思います。酷暑の中の夏休み、涼しいお部屋で読書をして過ごすのも一案かと・・・皆様元気に楽しくお過ごしください(^_-)☆ (池田)