

特定非営利活動法人



〒360-0005
熊谷市今井 231-1
TEL/FAX
048-525-9290

代表理事 上原 秀一

多機能型事業所第 18 号

ゆりかごだより

令和 3 年 9 月発行



メンバーみんなで作りました

— 総 会 —

6月21日、令和3年度の総会を行いました。

コロナで密を避けるため、出来るだけ不参加で
お願いしたいというお知らせを出しました。



国会議員の森田としかず様・市議会議員の野本翔平様・鈴木理裕様もお声がけ
しましたがコロナ禍という事で参加を控えてくださいました。

数人のメンバーさんのご家族と少し寂しい総会になりましたが、無事に終わ
ることができました。

何も考えずに当たり前にやってきたことが何もできない今、マスク生活にも
慣れてきましたが早く普通の生活に戻りたいです。



ゆりかごはどこにありますか？

ナビで来たけどたどり着かない！

というお電話をよくいただきます。



今井地区のゆりかごがナビに載っていないようです。

決して分かり難い所では無いのですが。。。

近くに源流院（熊谷市今井 172）というお寺さんがいます。

そこを目指してきてください。そこまでくればゆりかごが見えます。

ー ようこそゆりかごへ ー

コロナ！コロナ！コロナ！今年もまだ収まりそうもない！
そんなコロナで始まった1年でした。

昨年に続き入所式をどうするか！どのような形にするか悩みました。



色々考えているうちに当日がやってきました。

新しく通所が決まった新メンバーさんは、ドキドキしてるかな？

ワクワクしながらお洒落して来るかな？

なんて思いながら私達職員も心待ちしていました。

実際は例年の入所式よりは簡単な形になりましたが、出来るだけ式らしい式にするため職員で準備しました。

今年度は、はばたき特別支援学校卒業生の可愛い女の子が1人と既に通所を始めている、清楚な女の子・落ち着いた大人の女性・ゲーム好きな男性の合計4人の入所式でした。

またゆりかごの平均年齢が若くなりました。

ちょっとだけ緊張した入所式も無事に終わり、若い新メンバーさんのお陰で、益々明るく元気なゆりかごになっています。

みなさんこれからもよろしくお願いしますね。

一緒にゆりかご生活を楽しみましょう♡



ー 引っ越しして変わった事 ー

昨年6月コロナが始まって半年が過ぎた頃、ゆりかごは20年近く過ごした大塚の場所から今井の第2ゆりかごへとっ越しをしてきました。



同じゆりかごですし、2年前まで大塚で一緒に生活していたので1つに戻ることを楽しみにしていました。ですが、約2年間の別々の生活にはそれぞれの色ができていました。

毎日のやることが違う、ペースも違う、行動範囲も違う等と始めは少し戸惑いましたが、今となっては朝の体操から始まり朝と帰りの挨拶・食事・日中の生活スタイルの違いも上手に共存できるようになってきました。今までいなかった人たちが当たり前にいる人たちになってきています。



一緒になってから初めての試みとして始めたことがいくつかあります。

その1つに喫煙があります。

20年近く禁煙で通してきたゆりかごですが、職員から、お昼休みに喫煙希望のメンバーが喫煙するのはどうか、という提案がありました。

試しにやってみようという事になり、お試し期間2ヶ月ののち始めることにしました。

但し希望するメンバーさんとはいくつかの約束事をしました。



- ・ご家族の同意書を提出する。(喫煙のリスクを考え)
- ・お昼休みに1本だけ。
- ・喫煙は煙が気にならないように外で。(気管支の弱いメンバーさんもいる為)
- ・各自携帯用灰皿を持参し、吸い殻は持ち帰る、または自分できれいにすること。
- ・1人でも約束を守れなかった人がいたら連帯責任で中止する。

この1本で気持ちが落ち着くのか約束をキチンと守ってくれています。

「1本がいいよねえ!」「食後の1本は落ち着くよねえ!」と喜んでくれています。たった1本の喫煙ですが通所日数が増えた人もいます。

喫煙には抵抗がありましたが、喫煙時間に立ち合った職員がメンバーとお喋りをする貴重な時間にもなりました。職員にアンケートを取り悩んだ末の結果ですが、今となっては始めて良かったと思っています。

たった1本の事でこんなにも人の気持ちや行動が変わることにも驚いています。

まだまだ施設として発展途上のゆりかごですが、これからも色々考え、何事に対しても試してみるという前向きな気持ちを大切に前向きに行きたいと思っています。

— 春の思い出 —

3月の終わり、雲1つなく太陽が温かく見守ってくれた日、お花見に行ってきた。

コロナで大手を振って出歩けない中、マスク着用、距離をとってのお花見でしたが、久しぶりの外出をみんなとても喜んでいました。

満開の花びらが風に舞い、桜吹雪の中春の陽気を体いっぱいあびた素敵な1日でした。

良い日だなあ

気持ちが良いなあ



－ 就労 B みんな元気です！ －

就労継続支援 B 型は昨年 6 月、長く長一くお世話になった大塚地区から生活介護さんの居る今井地区へ引越しをしました。

「新型コロナウイルス」のニュースが流れだし不安いっぱいの中での引越しでした。

「三蜜」を避けようと 事業所近くのお家の空いているスペースをお借りしてのスタート今日はどうしよう。明日はどうしよう。

メンバーさんをどう守る？自分達は・・・？

一日一日が精一杯でした。

職員の中にも目に見えない疲労がたまっていました。

そんな中「おはようございまーす！」と いつもと変わらないメンバーさんの声に

何度も勇気付けられていました。感謝です。

分散通所や希望通所・・・今できる事は？ 何が最善なのか？

「正解がわからない・・・」きっと日本中が、世界中がこんな気持ちだったのではないのでしょうか・・・

それでも前へ進みました。手探りで少しづつ。

本当にありがたい事にゆりかごは今まで通りお仕事を頂け作業を続けてこられました。

イレギュラーな出来事が続く中「お仕事」という軸がある事でメンバーさんも大きくペースを崩さずにこられたのかなと思います。（もちろん、不安定になってしまう方も居ましたが。）

ゆりかごは明るいです！個性豊かな仲間たち！いつも笑顔が絶えません！
そんな笑顔に支えられて、これからもみんなで頑張っていきます。



男性ですが、器用なお二人！

会報作業



バリ取り作業



目が不自由なメンバーさん。
アクリルタワシ作りの達人です。



－ 生活介護 新しいことへのチャレンジ！ －

生活介護は現在 11 名のメンバーが在籍しています。

コロナ感染症の予防のため、お休みしているメンバーさんも数名いらっしゃいますが、ほとんどの方が元気に通所しています。

毎日、入念に消毒と健康チェックをし、朝の体操をして 1 日が始まります。日中は散歩へ行ったり、季節の貼り絵を作成したり、アイロンビーズ制作をしたり、就労 B に混ざって一緒に作業をするメンバーさんもいて、その人その人に合った日中活動をしています。

コロナ禍で規制も多いですが、5 月は妻沼の道の駅へバラを、6 月は別府沼公園へ花しょうぶを、先日は熊谷ドームまでひまわりを見に行きました。行ける所を見つけ、足をのばしています。

月に 1 回、クッキングでおやつを作りに挑戦しています。若い女子メンバーさんと一緒に男性のメンバーさんも喜んで作っている様子は見ても嬉しい気持ちになります。出来上がったおやつは就労 B のメンバーさんと職員さんも喜んで食べてくれるので作ったメンバーさんもとても嬉しそうです。



9 月よりフライ販売の横で作成したアイロンビーズなど、小物の販売を開始するなど、新しいことへのチャレンジもしています。

フライを買いに来た際にはぜひ横の販売コーナーへもお立ち寄り下さい。



♡メンバーさんの作品です♡

アイロンビーズ

ー 新たな試み！ グループ活動 ー

新しい試みとして、昨年12月より月に2回「グループ活動」を始めました。

この日は就労Bも生活介護も関係なく、自分の好きなグループに入って活動をしています。

〈 グループ紹介 〉

○新聞・パソコン

パソコンに文字の入力の練習をしたり、ゆりかごの中の出来事やイベントなどを新聞にして発行しています。

みなさん真剣です！夢中です！

既に新聞は3回も発行しました。



○園芸

花壇に花を植えたり、土とふれあいながら「ゆりかご」を明るく彩る活動をしています。

春に植えたラディッシュやキュウリ・ミニトマト・茄子をサラダや味噌汁でお昼に食べ、ゆりかごみんなのお腹も満たす活動にもなっています。



○音楽

歌をうたったり楽器を使ったりしてみんなで一つの曲を楽しんで演奏しています。みんなで演奏するトーンチャイムが奏でる音楽がドンドン素敵になってきています。



グループ活動が始まってから半年以上たちました。

就労Bと生活介護のメンバーと一緒に充実した1日を送っています。

ー ヨガ ー

ゆりかごでは週に一回、ヨガの時間を設けています。

昨年の11月より始めて半年以上継続することができました。



毎回熱心に参加される方も多く、メンバーの方々から「呼吸をみつめることができる時間は貴重」、「終わった後胸のあたりがスーっとする」、「体が温かくなる」などの声を頂いています。

呼吸と体の動きを合わせる事に慣れてきた方も多く、ヨガの効果は確実に表れている様子です。

ヨガをする目的と期待する効果は

- ① 呼吸と向きあうこと→自律神経を整え、冷静な心理状態へと導く
- ② 五感へのアプローチ→自己愛や自己肯定感を高め存在することに
感覚のきづき →幸福感や喜びを得る
- ③ 体軸を意識し鍛える→軸の意識を得ることで心身共に安定をはかる
- ④ 適度な筋力の強化 →身体的・精神的健康の維持増進

の4つです。

晴れた日には屋外へ出てヨガをすることもあり、開放的な環境がより一層メンバーの方々をリラックスさせ、より効果的な時間となっています。

40分～50分のレッスンですが、レッスン後のメンバーの方の達成感に満ちた表情はとても素敵です。

引き続き今後もよい時間をお届けしてゆきます。



ー 毎週金曜日は美味しいランチ ー

「今度のランチは何？」といつも満面の笑顔で声掛けをしてくれるメンバーさん。



毎週末のランチを心待ちにしてくれているのを感じられ、本当に嬉しく、また腕によりをかけて調理するぞ！とモチベーションも上がります。

紹介が遅くなり申し訳ありません。

ランチ係のリーダー直子と申します。そして、味付けを主にお願いしている石坂さん。包丁さばきは天下一品永田さん。この三人で調理を担当しています。

ランチが始まり早二年半。始めた頃は時間内（11時45分）に調理が終わらず12時のお昼になってしまい、他の職員さんにご迷惑をお掛けしてしまったり、お腹を空かせたメンバーさんをお待たせしてしまったりと、本当にドタバタでした。

回を重ねる毎に、温かい料理は温かいうちに、冷たい料理は冷たいうちにと段取りを考えながら進めることができ、時間にも間に合うようになりました。

仲間の二人には感謝感謝の日々を送っています。



毎月第二金曜日は「献立会議」です。

季節を考慮した料理、旬を考慮した食材を使うなど、いつも三人で知恵を絞りながらメニューを作成しています。

主菜・副菜・副々菜・サラダに汁物にデザートと一覧表を下書きしメニューを作成しています。肉・魚・和洋中と色々な案が出て「たまにはこんな料理はどう？等、アイデアがたくさんあがります。

特に永田さんは調理の経験が豊富ですので、新しいメニューをあげてもらえ、新たな調理にチャレンジしたりと私自身の経験値も上がり、とても楽しく調理をしています。

さて、話は変わりました…

メンバーさんの食の好みも千差万別ですので、人によって苦手としている食材もあつたりと頭を抱えることもしばしば。

そこはベテランの石坂さんと永田さんにお任せ。

「卵を使ってみてはどうか」「コロッケにしてみてもどうか」と
臨機応変に対応してもらえます。

苦手な食材がありながらも毎回「ありがとう。美味しかったよ！」と笑顔で応えて
もらえ、調理を担当している私たちはそんな声にたくさんの元気をいただいています。

長くなりましたが、私たちランチ係の三人は、メンバーさん、時には職員さん、
皆の「美味しかったよ！」に励まされています。

これからも、温かい料理は温かいうちに、冷たい料理は冷たいうちに、そして器
も料理のうちと試行錯誤しながら前に進んでいきます。

今後ともご支援の程よろしくお願いいたします。

－ 大好評のフライ販売 －

6月は梅雨、今年は例年よりだいぶ早い梅雨入り宣言がだされた。



梅雨は農家の人にとっては恵みの雨。しかし気温も上昇し食中毒になる可能性も
大きい時期それに加えコロナウイルス私達フライ販売者は一段と心オ引き締め、お
いしいと言って食べてくれるお客様の笑顔を胸に頑張りたいと思います。

そこでみなさんにお願いしていることがあります。

マスクをして買いに来てください

フライはその日のうちに食べてください

お互いにコロナに負けないように気を付けましょう。



フライ販売を始めて11年振り返ってみると、様々なイベントに参加させてもら
い1日100枚も焼いたこともありました。

食中毒など一度も出すこともなく、続けられたことに、皆様の温かい協力があっ
たことに感謝しています。

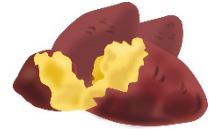
ー 甘くておいしい焼き芋 ー

12月から3月の間、施設前で火曜限定で石焼き芋を販売しました。

さつま芋の品種は、『紅はるか』糖度が高く、加熱するとしっとりとした食感になります。

甘いさつま芋といえば「安納芋」が有名ですが、この紅はるかもそれに近い甘さとくちどけです。

まさにそのままでスイーツ！驚異的な甘さです。



最初は、フライを買いに来てくださる方が焼き芋1本100円なら味見で買って、だんだん口コミで評判になり、「焼き芋ありますか？」と焼き芋目当てで来てくださる人も多くなりました。

「孫の離乳食にちょうどいい」、「子供がおやつで大喜び」、「犬が大好きです」、「食べるとお通じがいい」と人それぞれで買っていきます。

「5本で3セットください。お友達に持っていくの」、「あまりにも甘いから生さつま芋ください。蒸しパンを作ります」と言う方もいました。

車いすのTちゃんとSくん、Yくんがお散歩をしながら職員と一緒に焼き芋のパンフレットをポストインしたので、多くのご近所さんが歩いて買いにきて下さいました。

みなさまに感謝です💖。



春が近づき温かくなるとさつま芋も端から傷んできます。

惜しまれながらも毎年3月末で終了となります。

そろそろ秋も本格的になり、また焼き芋の季節がやってきます。

今年も美味しく甘い焼き芋をみなさまの元にお届けできると良いな！と願っています。

長い長い間ゆりかごを支えてくださったお二人です。

メンバーさんは元より職員も心から感謝しています。

齊藤とも代です。

メンバーの皆さま、ご家族の方々、そして職員の皆さま長い間お世話になりました。沢山の事を教えて頂き、学ばせて頂きました。

楽しい思い出も色々ありました。19年間ゆりかごに携わってこられた事、メンバーさんご家族の皆さまと過ごしてこられた事、心から感謝しております。

これからもお体大切にコロナに負けずにお過ごしください。

本当にありがとうございました。

これからも時々ボランティアとして皆さまのお手伝いをさせていただきます。

よろしくお願いいたします。

齊藤政子です。

私は、ゆりかごに H14 年（2002 年）4 月から約 19 年間勤務させて頂きました。その頃は、メンバーさん 5、6 人のアットホームなゆりかごでした。

毎日の日課は、ドームへの散歩で雨の日以外、風揚げの風になりそうな強風でも散歩に行っていました。（笑）

又、県のおおぞら号をお借りして行った数々の旅行が思い出されます。

中でも、ライオンキングの観劇、新宿ルネの寄席、行きはおおぞら号帰りは新幹線の新潟行き等々です。

けれどなんと言っても、メンバーさんの笑顔に癒されました。

19 年間という長い間、大変お世話になりました。

有難うございました。

