



# ふれあいの里だより

[令和2年4月号]

海を渡ってツバメが南からやってくる季節になってきました。家の軒下などに巣をつくりますが、「ツバメが巣を作るとその家に幸せが訪れる」という言い伝えもあるようです。親鳥が巣に帰ってきてはひなに餌をあげ、瞬間に、次の餌探しにと、繰り返しながら一生懸命に子育てをしている姿は、親子の絆と子を思う親鳥の気持ちが表れていますね。

日	曜	行事等
1	水	
2	木	連
3	金	
4	土	
5	日	
6	月	相
7	火	談
8	水	週
9	木	間
10	金	連
11	土	
12	日	
13	月	連
14	火	
15	水	
16	木	連
17	金	
18	土	
19	日	ボランティア活動
20	月	工賃支給日 連
21	火	
22	水	
23	木	連
24	金	
25	土	職員会議
26	日	
27	月	連
28	火	
29	水	昭和の日
30	木	連

## 『あいさつで人生が変わる』

施設長 若宮 浩二

4月から令和2年度がスタートしますが、一年の中で最も希望や期待があふれる月としてのイメージが4月にはあると思います。今月は希望あふれるテーマとして、『あいさつ』を取り上げてみたいと思います。

『あいさつ』のちょっとした一言の中に、「感謝の気持ち」「尊敬の気持ち」「優しさ」「心配り」などの気持ちが含まれているということに気付いていますか。それが相手に伝わると、そっくり自分に返ってきますから不思議です。また、『あいさつ』の一言の中には、その人の人生をも変えてしまうほどの魔力もあるのです。

その一例を紹介いたします。「芸人としての才能がないから辞めさせてしまえ。」と演出家の怒りを買ったある青年が、浅草東洋劇場から追い出されそうになったそうです。しかし、多くの劇団員から「彼のあいさつは快い。辞めさせないで！」と庇う声が大きく上がり、芸人を辞めずにすんだそうです。(この逸話は、スーパースター、萩本欽一さんの修業時代の実話です。)

このことから『あいさつ』が上手くできるかどうかという行為は、社会へ出たらもっと大切であることがわかります。皆さんも知っているように、人間は【人と人のかかわり合い】の中で生きていますから、かかわりとしての最も有効な道具が『あいさつ』なのです。しかし、『あいさつ』は人から教えられたり、本を読んだからと、すぐに身に付くものではありません。毎日の生活で習慣として身につくものです。

笑顔で明るいあいさつをしていくと、相手はともかく、不思議と自分も元気をもらえるような気分になってくるものです。そんなあいさつを今日から交わしていきたいですね。

## 今月ガンバルこと

令和2年度の工房1から農産までの全生産活動の売上目標は〔18,566千円〕という大きな数字が立てられました。この数字は一日に約7万円の売上を達成しなければなりません、そういう力を皆さんは持っているのです。きっと来年の3月には、今の数字以上の頑張りをを見せてくれるのではないかと期待しています。

そこで、施設では次の5つの実践項目を設定して、『喜んで登所 満足して帰宅』という施設訓の達成を目指していきます。皆さんの力と職員の力が大きな『輪』となって、毎日楽しい笑顔いっぱいの施設生活が送れるようにしていきます。

①親密感や親近感のあふれる(※)施設をつくっていきます。

※ウソを言わない。かくしだてをしない。そして、一人ひとりがみんな仲よしで身近に感じられる。

(職員と利用者、利用者同士、職員と保護者間の心の通い連携を大事にしていきます)

②利用者が、より良く生きるための力(※)を培っていきます。

※「生きるための力」とは、「〇〇をガンバリたい。」「こんな事のできる自分を目指そう。」などと「自分を

変えようという力」のことで、新しい自分づくりにチャレンジしていきましょう。

③いじめや偏見・差別(※)をする人は、誰であってでも絶対に許すことは出来ません。

※人間はみんな平等であり、幸せになる権利を持っています。その事をだれもジャマすることはできません

(お互いを大事にして、共に励まし合って仲良くすることの大事さを身につけます)

④みんなの力で施設内外の物的・精神的環境(※)を整備していきましょう。

(いつもさわやかで、秩序ある美しい環境をみんなの力でつくっていきます) ※「人が環境をつくる」「環境は人をつくる」

⑤健康や体力の保持増進や安全確保に努め、明るく元気に過ごしましょう。

(何よりも健康や安全が確保されることが第一です。そして元気な人ほど大きな目標を持って仕事がんばります)

## 2 健康・安全な生活を心掛けましょう。

新型コロナウイルスは、人の生活に大きく大変な影響を及ぼしています。皆さんが心がけることは、帰宅後にはうがいをくり返すこと、そして、手洗いは石けんで30秒間はゴシゴシ磨いて汚れを落とすということです。

## 今月の行事から

☆6～10日まで相談週間です  
新年度を迎えての期待や不安等を職員と語り合って、すっきりした張り切った気持ちで毎日を過ごして欲しいものです。

☆19日ボランティア活動です  
特攻基地の清掃活動も新型コロナウイルスの影響で、先月は中止になりました。今月は今のところ未定です。

☆20日工賃支給日です。  
先日の役員会でも皆さんの生産活動に取り組む姿やその行動力は、非常に高く評価されました。皆さんのガンバリの評価が工賃です。大事にして計画的に使いましょ

☆29日の「昭和の日」は？  
元々は「昭和天皇」の誕生日でした。昭和天皇が亡くなって「みどりの日」となりましたが、「みどりの日」は5月4日の祝日となり、29日は「昭和の日」と名前が変わったのです。

## 平木場先生お世話になりました

平木場先生には、昨年の5月から看護師として皆さんの健康を守ることや工房2の春雨検品の指導に取り組んで頂きました。今回、3月末で退職されることになりました。短い期間でしたがお世話になりました。

後任として東啓子先生にきていただくことになりましたが、障害者施設での仕事は初めての経験です。東先生が早く施設生活になれて、皆さんの名前を覚えてもらって交流やお仕事が出来るように、いろいろ教えてあげてください。

鹿児島県の桜開花宣言は、まだ発表されませんが、施設の桜はチラホラと咲き始めました。例年は、この時期には花見を計画しておりましたが、大流行の新型コロナウイルスの感染拡大防止の為に多くのイベントが中止ということもあり、施設の外に出掛けて花見をするとは出来なくなりました。今年は施設内での花見を計画中です。どんな花見になるのか楽しみに待っていて下さい。







# ふれあいの里だより

[令和2年5月号]

タケノコがひょっこり出てくる頃です。トンガを片手にタケノコ撮りに山へ出掛て、土の中に埋まっているタケノコを見つけて掘り出すのは楽しいです。たけのこごはんは若竹汁・とりたては酢みそでさしみにと「タケノコの匂が訪れたんだ、あのしゃっきりした歯ごたえ、今年もこの季節が来たんだ」と食べる事を想像しながらだと苦労も楽しくなります

日	曜	行事等
1	金	
2	土	
3	日	憲法記念日
4	月	みどりの日
5	火	こどもの日
6	水	振替休日
7	木	
8	金	
9	土	
10	日	母の日
11	月	
12	火	相談週
13	水	
14	木	
15	金	
16	土	
17	日	
18	月	
19	火	
20	水	工賃支給日
21	木	監事監査
22	金	
23	土	職員会議
24	日	
25	月	
26	火	
27	水	
28	木	理事会
29	金	
30	土	
31	日	

**「夢の実現！自転車世界一周」** 副施設長 榎下町 義也子  
 子どもの頃からの夢である、「自転車世界一周」を成し遂げた中西大輔さん。昨年の10月に日本アドベンチャー・サイクリストクラブの第4回「地球ペタリアン大賞」を受賞された方です。

中西さんは1998年に世界一周に出発しました。それから11年という長い期間をかけて、130カ国を訪れました。中西さんの走り抜いた距離は、地球約4週分に相当する15万1849kmというとてつもない長いものでした。旅の途中で重い病気がかかったり、戦争に巻き込まれたりして何回も死ぬ思いをしたそうです。また、険しい山々やサバクでは危険な場面に幾度も遭遇しました。旅の途中で、「もうダメだ」「続けられない」「あきらめよう」と何回もくじけそうになったそうです。しかし、世界一周が続けられたのは、世界各地の素晴らしい風景と多くの人々との出会いがあったこと、言葉は通じないけど心が通じたからだと話しています。中西さんは自転車を通して、世界中の人々と交流したり、講演を行ったりして、世界の平和と友好の活動をしてきたのです。



中西さんのような自転車旅行は、誰でもが体験出来るものではありませんが、夢に向かって一途に取り組む姿勢は、私たちも大いに見習うべきですね。夢は大きなものである必要はありません。小さな夢を実現していくことの積み重ねが、私たちの生き方に自信を与え、人生を広く豊かにしてくれるのです。どんなに小さな「夢」でもいいから、実現を目指して生きる人は素晴らしいですね。

## 今月ガンバルこと

テレビや新聞では、連日新型コロナウイルスについて報道されています。「今日は〇人の感染者が出ました。」「〇〇県でクラスターが発生しました。」「不要不急の外出は控えましょう。」等々。

鹿児島県では現在10名の感染者が出ています。南九州市をはじめ南薩方面で感染者が出ていないことは何より幸いです。自分の命を守るため、家族を守るため、大事な人を守るためにもしっかりと感染予防等に努めていくことが、今最も求められていることです。さて今月の重点は、

- 【作業でのヤル気をもっと高めていこうか】ということです。
  - 季節的に最も過ごしやすい時期ですから、生産活動の能率も上がるし、大変はかどるはず。そこで、協力しながら生産量をあげる取り組みに挑戦していきましょう。そのためには、一人ひとりが『ヤル気』を高める事が大事ですから、これまでの活動を見直してみましよう。
  - ① 毎日の活動目標を立てて、その実現を目指してきたかな。(目標とする単位時間の生産量を定める)
  - ② 工夫しながら、作業時間いっぱい最後までガンバル。(手足を早く動かして行動しているかな)
  - ③ 使った道具を大事にしているかな。(部屋の清掃や、道具の後始末をきれいに出来ているかな)
- こういうことが習慣になって身につくと、毎日の仕事に「ヤル気」がわいてきます。

○「あいさつ」の取り組みもしっかりできるようになろう。  
 仲の良い友達づくりのスタートは、気持ちの良いあいさつを自分から進めることです。自分のあいさつを反省してみましょう。  
 ①元気のよい挨拶になっているかな？ ②相手の顔を見て笑顔を届けていますか？ という簡単なことです。今、周囲がコロナの影響で何となく暗くなりがちですが、あいさつを交わすことでお互いの心も温かく通い合わせて明るくしていきましょう。

**保護者・利用者の方へお願い**  
 新型コロナウイルス拡大防止対策として、各家庭での登所前の体温の計測をお願いします。37.5度以上の発熱等の症状があった場合には、登所を控えていただく場合がありますので、発熱等の有無については送迎担当職員への連絡を必ずお願い致します。登所後には、職員が利用者の検温と体調等の変化について聞き取りを実施しています。また、週3回の朝会を中止したり、休憩時間や昼食時間をずらすなど、3密を避けるための対策もっております。

**今月の行事**  
 ○3日から6日まで大型連休です。  
 新型コロナウイルスが流行しています。いつ・どこでウイルスに感染するか分かりません。今年の連休は自宅ゆっくり過ごしましょう。  
 ○今月は11日～16日が相談週間です。職員とじっくり話して、アドバイスしてもらいましょう。参考になる話が聞けたりすると思います。  
 ○20日(水)は工賃支給日です。必要なものを計画的に購入しましょう。

**知っておきたい新型コロナウイルス拡大防止策**  
 緊急事態宣言の中ですが、誰もが感染したり、感染させてしまったりする危険があります。このウイルスから、あなたや身近な人の命をしっかり守れるように、日常生活を見直してみましよう。

- ① 3つの密をさける。
  - 1 換気の悪い密閉空間
  - 2 多数が集まる密集場所
  - 3 間近な会話や発声をする密接場面
- ② 十分な睡眠と栄養で体調を整える
- ③ せきやくしゃみが出るときはマスクをする。マスクが無いときは、服の袖で口・鼻をおおう
- ④ マスクの表面を触らないこと
- ⑤ 正しい手洗い方法で洗う
- ⑥ 顔をさわらないこと。粘膜からウイルスが侵入する恐れがある(髪、耳、顎、口、鼻、目、頬等)

