2019年 1月号

チャレンジ

〒671-0111
姫路市的形町的形3558番地
TEL 079-247-9797
FAX 079-247-9898
URL http://www.akatsuki-sato.com/

社会福祉法人 五倫会　指定障害者支援施設 姫路暁乃里

二〇一九年（平成三十一年）新年のごあいさつ

二〇一九年の年頭にあたり、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

輝かしい新春を皆様と共にお迎えできました事をお慶び申し上げます。五倫会利用者様、家族様、関係者の方々、並びに役職員の皆さん本年もよろしくお願いいたします。

さて、五倫会も平成最後の本年、創立以来二十回目の春を迎えることができました。これもひとえに関係各皆様方の温かいご支援とご協力の賜物と心より厚く感謝申し上げます。

昨年は、障害者の就労の場として立ち上げた「お惣菜の店 ごりんや」も七月に一周年を迎えることが出来ました。地域のご理解で、各種団体をはじめ住民の皆様にご利用頂きありがとうございました。今後も末永くご利用いただけますよう努力いたします。

二十年目を迎える今年は、新たな挑戦の年にしたいと思っています。障害者の地域移行が国主導で進められていますが、地域で障害者が安心して生活するためのサービスの質・量ともに十分とは言えない状況です。そのため、高齢・重度化に対応したグループホーム、生活介護事業や、児童発達支援事業、相談支援事業の充実等の事業を計画し、障害者が地域社会とつながる機会を積極的に提供していきます。

これからも地域に根ざした法人として、私たちに今、何ができるのか、利用者、地域の皆様及び関係諸機関等のニーズをしっかりと把握し、期待に沿うべく、皆様から「選ばれる法人・施設」を目指して質の高いサービスを提供するよう努力してまいりますので、更なるご支援を心からお願い申し上げます。

末筆ながら、皆様のご多幸とご健康を祈念し、新年の挨拶とさせていただきます。

二〇一九年元旦

社会福祉法人　五倫会

理事長　灘　一　善

第15回 ふれあいコンサート

毎年恒例の「ふれあいコンサート」を12月2日（日）に開催致しました。今年は4組の出演者の皆様が、それぞれのパフォーマンスで会場が盛り上がりました。

ふれあいコンサートの後は、皆様にごりんや特製の豚汁とおでんを食べていただきました。

あちらこちらで「美味しい」と言っていただき、最後はたくさんの笑顔で終えることができました。今年も皆様のご協力により素敵な「ふれあいコンサート」になりました。お忙しい中、出演していただいた皆様、来場していただいた皆様本当にありがとうございました。

「和太鼓衆　潮舞」様

「和太鼓衆潮舞」様には、今年もオープニングを飾っていただきました。「播磨の祭り男」の雰囲気を感じ、一打一打に心を込めた迫力のある太鼓の音色でふれあいコンサートがスタートしました。力強く男らしい演奏でした。

「音楽グループ　潮騒」様

「音楽グループ潮騒」様には、トーンチャイムの美しい音色が聴く人の心に優しく響き、安らぎを与えていただきました。一人一人が自分の音を担当し、グループ全員が一つになった時、素敵な音楽がホールを爽やかな風のように流れました。

「大塩公民館　プルメリア」様

「大塩公民館プルメリア」様には、フラダンスで目にも鮮やかな衣装や素敵な笑顔を見せていただき、ハワイアンミュージックと共に気持ちが穏やかになりました。ホールはハワイアンに染まり、思わずハワイ語で「ハナホー」とアンコールをリクエストしました。

「山陽中学校　吹奏楽部」様

「山陽中学校吹奏楽部」様は、毎年、コンクールで受賞されておられ、その実力とそれぞれの楽器の音色のハーモニーでエンディングを飾っていただきました。最多人数で勢いとフレッシュさがあり素晴らしかったです。アンコールでは誰もが知っている「ヤングマン」で会場を盛り上げていただきました。

日帰り旅行 ～養父市八鹿方面の旅～

平成30年11月1日（木）

利用者・職員合計17名で養父市八鹿方面へ日帰り旅行に行きました。

天気は雨模様でしたが、皆さん楽しみにされていたようで楽しい旅行になりました。

まずは腹ごしらえ。道の駅ようか「但馬蔵」で昼食。

幻の豚と呼ばれている“八鹿豚”を使用した「八鹿豚の山椒みそかつ定食」を頂きました。

味噌と八鹿豚の旨味がマッチしていてとても柔らかくボリューム満点のお昼ご飯に皆さん頬張って美味しそうに食べていました。還暦を迎えた利用者がいらっしゃった為、食後に皆で還暦祝いも行いました。とても喜んでもらえて良かったです。

昼食後は「海鮮せんべい但馬」へ買い物とせんべい作りの工場見学に行きました。

初めて見るせんべい作りの工程や大きな機械を見てみんな「おぉーっ」と見惚れていました。

工場にはせんべいの試食が出来るコーナーがあり、皆さん色んなせんべいを食べ比べて、満足げな表情をしている姿を見て、来てよかったなと職員一同ホッとしました。

短い時間でしたが、利用者・職員共に「美味しく楽しい日帰り旅行」になりました。

誕生日外出

大阪USJに行って来ました。当日はお天候も良く、利用者もわくわくして入場されました。皆さんが楽しみにされていた、パレードでは、水鉄砲からたくさんの水が飛んでくる中、セサミストリート、ハローキティ、スヌーピー、ミニオンズを近くで見る事が出来、皆大興奮し、大きな歓声を上げ、しばらく非現実の世界を楽しむ事が出来ました。またショップでは思い思いのお土産を購入し大満足でした。限られた時間でしたが思う存分楽しむ事が出来ました。

ばんたん・ゆうあい文化祭

11月22日に姫路市文化センターにて開催された、ばんたん・ゆうあい文化祭（播淡地区の施設の皆さんが集まり、歌あり、合奏あり、寸劇ありのイベント）、を観覧してきました！天気は曇り空でしたが、会場内は賑っていてロビーには各施設の利用者が作成された色々な展示物がありました。観覧席に座って待っている間、利用者は職員に「楽しみ！」「何やるんかな？」と話しかけてくれて、演目はいつ始まるのかを今か今かとステージを見ていました。全16演目で太鼓の演奏や合唱、演劇など様々な演目がありました。合唱には手拍子を歌に合わせて打ったり、「これ知ってるやつ！」と職員に教えてくれたりと楽しい時間を過ごせたようで私たち職員も嬉しかったです。

昼食は太陽の郷で運営している『ごりんや』のお弁当を美味しく頂きました。

観覧後の車の中で「また来年も行く」と利用者さんが話しかけてくれて、今年も楽しんで貰えたようで嬉しかったです。

クリスマス会

12月25日に毎年恒例のクリスマス会が行われました。皆でクリスマスソングを歌い楽しんだ後には皆のプレゼントを持ったサンタとトナカイが登場し、一人ひとりに素敵なクリスマスプレゼントが手渡されました。そしてその後は特製クリスマスケーキが登場です。

皆さん美味しそうに召し上がっていました。さらにこの日は昼食もクリスマス用の特別メニューです。

今年のクリスマス会も素敵なプレゼントあり美味しい食事ありで皆さんに楽しんでいただけた一日になったのではないでしょうか。

姫路暁乃里の年末年始

餅つき

12月29日に餅つきを開催しました。「季節感のある行事を、利用者の皆さんと楽しみたい」という思いでの開催となりました。

当日はこの冬一番の寒さとなりましたが、利用者の皆さんの熱気もあり、楽しく餅をつく事が出来ました。出来立てのお餅からは湯気が上がり、ほかほかのお餅が出来上がりました。餅はその場できな粉、あんこをまぶして皆で美味しく頂きました。

初詣 カニ鍋

新年を迎えて利用者の皆さんと大塩天満宮に初詣に行って来ました。

一年間の無病息災を願い、思い思いにお参りをし、その後振る舞い酒を貰い、おみくじをひいて新年の初日を楽しみました。

3日の昼食にはカニ鍋をしました。寒い冬に暖かい鍋は最高です。皆「美味しい」とおかわりをされてました。最後は、美味しいカニの出汁で雑炊にして食べました。

今年も、毎日健康で楽しく過ごせるよう頑張っていきます。

グループホーム「チャレンジ」

2019年　新年号

12月25日 忘年会

チャレンジ大塩にて

12月25日18時より、チャレンジ大塩で利用者・職員合同で忘年会を行いました。当日休みの人や仕事の人それぞれのため、時間を気にしなくてもよいホームでの開催となりました。総勢24名、普段はなかなか集まる機会がないため、久しぶりに顔を合わせるメンバーもいて、和気あいあいとした時間を過ごすことができました。世話人さんの愛情のこもったちらし寿司や豚汁とごりんや特製の豪華オードブル、更にケーキが並び灘理事長の掛け声で乾杯し、食べて飲んで笑って時々泣いて…と大いに盛り上がり、1年の良い締めくくりとなりました。

2019年 1月1日 初　詣

大塩天満宮　岩神社

元旦はみんなで初詣に出掛けました。賽銭を入れて真剣な表情で手を合わせています。何をお祈りしているのかな？おみくじを引いて、「大吉や！」「小吉やった。」と一喜一憂し、お神酒や甘酒を飲んで体が温まるのと共に無病息災を願いました。

12月28日 餅つき

姫路暁乃里にて

年の瀬も押し迫った12月28日に姫路暁乃里の中庭で餅つきを行いました。平日のため参加できるメンバーは限られていましたが、「来年もよろしくお願いします」と心の中で祈りながら、職員の元気なかけ声に合わせて力強く餅をつき、つきたての柔らかな餅を美味しくいただきました。

2019年 1月1日 初日の出

日笠山山頂

新しい年を迎えた早朝まだ薄暗い中、初日の出を見るためにグループホーム近くの日笠山に登りました。

山頂に着いて山の端から太陽が出てくるのを見ながら、今年も皆にとって幸多き1年となりますように、それぞれ思い思いの願いを祈りました。

2019年 1月3日 蟹　鍋

姫路暁乃里にて

年始はおせちや雑炊、七草粥など正月らしい食事が続きました。そして3日の昼食は姫路暁乃里で蟹すきをいただき、普段交流が少ない施設の人達と楽しい時間を過ごしました。

当日参加できなかった利用者には、後日夕食で茹で蟹が提供され、旬の味覚を味わいました。

※　2018年は長年チャレンジを利用されていた2名の利用者が退所されました。1名は結婚して自分の家族ができ、もう1名はサテライト型での生活を経て本格的な一人暮らし生活へ向けて旅立ちました。
そして2017年3月にふぁむ的形に入居された利用者2名が今年成人式を迎えます。
18歳で入居されてから2年の月日が経ち、それぞれ仕事に就いて忙しい毎日を過ごされています。
人生にたくさんの幸せな出会いがあるよう、グループホームチャレンジ全員が祈っています。

社会福祉法人 五倫会

障害福祉サービス事業所（生活介護/就労継続支援B型）

太陽の郷

生活介護

生活介護は、『楽しく』を一番に活動を行ってきました。

日中活動では、リトミック、創作活動、字の練習などの勉強の時間を設けています。

またクラブ活動でも、音楽、和太鼓、絵画、クッキング等で皆さん楽しく真剣に取り組まれております。観桜会、そうめん流し、ハロウィン、クリスマス等々、季節ごとの行事も行いました。日々の活動の様子はHPを毎日更新しておりますので是非ともご覧下さい。今年も利用者の皆さんに楽しく過ごして頂ける様に計画し、職員も一緒に楽しく実施していきたいと思っておりますので、何卒宜しくお願い致します。

就労継続支援B型

就労継続支援B型は毎年【進歩】しており「DM作業」「ごりんや」、そして今年はお店や自宅等の窓ガラスをコーティングする「神戸コーティング」という新たな作業に取り組んでいきます。ごりんや配達や販売で地域の方との関わりを多く持つ事が出来ました。神戸コーティング作業によって更に施設外に出る事が多くなります。「太陽の郷は元気があっていいね！」とみなさんに言っていただける様に頑張ります。そして、利用者さんにもっと多くの給料をお渡しする事で、今よりも満面の笑顔が見られる様に一丸となり頑張っていきたいと思いますので、今後とも宜しくお願い致します。

太陽の郷　就労継続支援B型作業場

お惣菜の店 ごりんや

ごりんや×利用者

的形駅前お惣菜のお店

osouzai ごりんや

山陽電鉄的形駅を降りてすぐの小さなお惣菜の店「ごりんや」です。

オープンして1年半。地元の方のご注文も増え、遠方のお客様にも足を運んでいただけるようになりスタッフ一同嬉しく思っています。店内には惣菜はもちろん、お弁当もたくさんご用意しています。カフェやランチもどうぞお気軽にお立ち寄り下さい。

お弁当ランキング第一位！
あれこれ弁当
¥500

牛すじコロッケ　¥90

HAPPYオードブル
惣菜をふんだんに盛り込んだバラエティ豊かなオードブル、大人数で楽しめます

Lunch & Cafe

Lunch Time 11:00～14:00

まぁまぁ美味しいよ

あれこれついて750円

放課後等デイサービス オリオン

オリオンは一人一人の児童と向き合い、成長に合わせたくさんの経験を積んでもらいたいという思いから『学習、生活訓練、活動、外出、レクリエーション』等を取り入れています。

楽しく学んでもらう事をモットーとし、児童及びご家族の『笑顔』を大切にし、児童と同じ目線で共に過ごす時間を大切にしながらコミュニケーションもとり、個々の個性、想像力を尊重し、長所を伸ばせるようにスタッフが連携して、できることや、やれることの喜びを感じてもらう事を心掛け支援を行っています。

屋外活動

室内活動

オリオンに通うことで「最近落ち着いた」「行くのを楽しみにしてる」「できることが増えた」等の嬉しい声を頂きます。今後も児童のために何ができるかを日々考え「利用してよかった」と言っていただけるよう職員一同尽力してまいりますので、今後ともどうぞ宜しくお願いいたします。

給食だより

Happy Merry Christmas!

1年の中でいくつになってもわくわくするイベントの一番は、やっぱりクリスマス！日清ではクリスマスワンプレートを提供させていただきました。クリスマスといえば、サンタクロースとプレゼント。オムライスをプレゼントボックス風にし、サンタクロースはいちごでミニサンタクロースをつくり、ポテトサラダをクリスマスツリー風にアレンジしました。

そのほかにも、利用者さんが好きなチキン、エビフライ、ケーキ、ポタージュスープでクリスマス食らしさを作らせていただきました。利用者さん、職員さんの「すごい！・おいしかった！」という声を聞くことができてとてもうれしかったです。

あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願い致します。

今年1年の食事が豊かなものになるようにという想いをこめて、縁起の良い食材を盛り込んだおせち料理を作らせていただきました。

おせち料理ひとつひとつにどんな様々な願いが込められているのか、提供したおせちで紹介したいと思います。

数の子・・・にしんの卵である数の子はとてもたくさんの卵が付いている事から子孫繁栄や子宝成就などの願いが込められています。
伊達巻・・・巻物の形は書物に似た形をしているので、学問や習い事の成就を願っています。
黒豆・・・黒く日焼けするほどマメに勤勉で健康に暮らせるようにとの願いが込められています。
栗きんとん・・・豊かさと勝負運を願って黄金色に輝く財宝にたとえて、豊かな1年を願う料理です。
紅白かまぼこ・・・赤はめでたさと喜びを、白は神聖という意味が込められていて、色以外にも半月形に切られたかまぼこには「初日の出」の形に似ていることから、新年が明けたあとのおめでたいという意味もあるそうです。
紅白なます・・・紅白でめでたく、祝いの水引に似ていることからおせちに入れるようになったほか、一家の平和を願うという意味も込められているそうです。
いくら・・・いくらがおせち料理に仲間入りしたのは比較的最近だといわれています。
古くからおせち料理に入っている数の子と同様子孫繁栄の意味が込められています。
昆布巻き・・・「こぶ」は「よろこぶ」に通ずるとして、縁起が良いとされています。
田作り・・・イワシが畑の肥料だったことから「田作り」「五万米」(ごまめ)と呼ばれていて、豊作祈願の意味が込められています。

豆知識

寒気が厳しい毎日を迎え、インフルエンザや風邪などが各地で流行しています。
食事でインフルエンザや風邪を予防するためにはどうすればよいかご紹介します。

1. バランスのよい食事を心がけましょう。

風邪やインフルエンザのウイルスに勝つためには、バランスの良い食事で栄養をしっかり補給することが大切です。

栄養が偏ると風邪をひきやすくなってしまいます。特に免疫力をアップさせてくれるビタミンを意識して取り入れてみてください。

(ビタミンC)ウイルスや細菌から体を守るための免疫力を高める働きをもつビタミン。
ビタミンCは体に溜める事ができないので、毎日の食事で継続的に取り入れるようにしましょう。

(ビタミンA)ウイルスや細菌の侵入を防ぐ粘膜を保護する働きを持つビタミン。
ビタミンAは、油と一緒に摂取することで、吸収率が高まります。

2. 食事で体を温めましょう。

体を温めることで免疫力がアップします。毎日の食事で体を温める食材やあったかメニューを取り入れて、インフルエンザ、風邪を予防しましょう。

(温め食材)しょうが、ねぎ…血行を促進し、体をあたためてくれます。

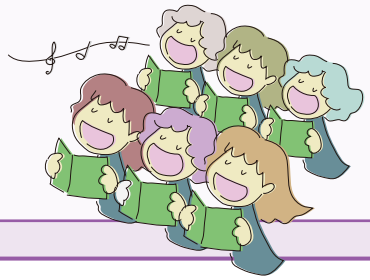
(あったかメニュー)…うどん、スープ、鍋物など

ふれあいコンサート　御花御礼

姫路暁乃里
保護者会　様
小西接骨院　様
障害者支援施設
若狭野荘　様
播備㈱代表取締役
守分　宏　様

大鳥自治会　様
濱西賢二　様
碇隆雄　様
清水芳子　様
高橋民代　様
鍛治悦子　様
中谷　様

原則夫　様
BARBAR ムラオ　様
（順不同）



お誕生日おめでとうございます

1月	5日	村上	亮 さん
1月	24日	北村	郁夫 さん
2月	7日	中谷	弘作 さん
2月	27日	山本	あゆみ さん
2月	28日	川本	大輔 さん
3月	5日	瀧川	弘子 さん
3月	7日	高野	英雄 さん
3月	15日	佐々木	友子 さん
3月	25日	長谷田	由美子 さん
4月	27日	清水	なおみ さん
5月	7日	井上	鐘功 さん
5月	9日	井村	正太郎 さん
5月	16日	宇塚	英明 さん
5月	16日	堀内	隼人 さん
5月	24日	永井	慎二 さん

編集後記

今年は亥年ですね。猪の肉は万病を治すなどと言われています。そのため亥年には『無病息災』という意味があるとのことです。利用者の皆様が無病息災で、明るく笑顔で今年一年が過ごせるように、職員一同頑張っていきたいと思います。さて、今年は平成最後の年でもあります。私は昭和、平成、2つ時代を経験してきました。今、テレビではいろいろと「平成」をふりかえるコーナーがあり興味を持って見ています。いよいよ平成も残りわずか。悔いの残らぬよう平成最後を「猪突猛進」という言葉があるように、目標に向かって突き進んでいきます。悪い意味では周りが見えていないとも取れますが、猪は曲がるし、止まることも出来るそうです。そして壁にぶつかってもまた走り始めます。だから勇気を持ってどんどん壁にぶつかり、何度も何度も走り始める、走り続ける、何があっても目標に向かう！そういう年にしたいと思っています。本年もよろしくお願い申し上げます。

職員一同