



(綜成苑通所利用者)

令和2年11月号
統合版第116号

綜成苑・綜愛苑・つつじが丘苑・T-JOB 苑たより



つわぶき会カレンダー
令和2年11月から

http://www.tuwabuki.jp/O1_02_tayori_sosei.html

一段と日が暮れるのが早くなり、朝晩の冷え込みが晩秋の訪れを感じさせてくれます。皆様方にはお変わりなくお過ごしでしょうか。

これから紅葉の季節を迎えますが、寒さが日ごとに増してまいりますので、お体に気をつけてお過ごしください。



11月の行事予定

★ 6日(火) ハロウィンパーティ(綜愛苑)

11月5日(木)・17日(火) インフルエンザ予防接種を行います

前月の主なできごと

- ☆ 1日(火) 苑外活動：黒沢牧場(綜愛苑)
- ☆ 6～14日 綜愛苑作品展(市民ギャラリー)
- ☆ 8日(木) 利用者健康診断(綜成苑通所)
苑外活動：黒沢牧場(綜愛苑)
- ☆ 12日(月) 苑外活動：黒沢牧場(綜愛苑)
- ☆ 14日(水) きらめき秋まつり<お楽しみ会>(綜愛苑)
- ☆ 15日(木) 利用者健康診断(綜成苑入所)
苑外活動：黒沢牧場(綜愛苑)
- ☆ 16日(金) 苑外活動：マリーナシティ(つつじが丘苑)
- ☆ 19日(月) 苑外活動：黒沢牧場(綜愛苑)
- ☆ 21日(水) きらめき秋まつり<お楽しみ会>(綜成苑)
- ☆ 22日(木) 利用者健康診断(綜愛苑入所)
- ☆ 29日(木) 利用者健康診断(つつじが丘苑)
- ☆ 30日(金) 秋まつり会(綜成苑入所)



お悔やみ申し上げます

綜成苑入所者 津田隆昭様がお亡くなりになりました。ご逝去を悼み、謹んでお悔やみ申し上げます。

綜愛苑入所者 桑山義尚様の父親である桑山忠道様がお亡くなりになりました。ご逝去を悼み、謹んでお悔やみ申し上げます。

支援員室だより

【 綜成苑 更生部 】

～喫茶・お楽しみ会～



10月4日に喫茶、10月21日にお楽しみ会を行いました。
喫茶ではお菓子等を運ぶお手伝いをしてくれ、お菓子やジュースを選んで
皆で楽しく過ごしました。

10月21日のお楽しみ会では、色々な出し物を楽しんで参加していました。



(綜成苑 更生部 生活支援員 佐藤貴弘・山本真美)

【 綜成苑 授産部 】

昨年12月より授産部B型作業において、海南省にある「株式会社 サンコー」様との新規取引を開始致しました。

それに伴い10月5日(月)にサンコー様より作業場の視察に2名の方が来苑され、作業風景・作業環境等を見学されました。

また、10月14日(水)にはSCM本部 本部長 熊石氏・管理部 顧問 高城氏が本苑の取材に来苑されました。

取材では、岩橋理事長・二澤局長が障がい福祉における就労支援の動向に関するインタビューを受けられた後、就労継続支援B型の作業場を訪問されました。



生活介護では貼り絵でイチョウを作成しました。
秋の風景を折り紙で表現するのが難しかったですが、皆さん力を合わせ風情ある作品に仕上がりました。



(綜成苑 授産部就労支援班 生活支援員 入江真実)

【 綜愛苑 更生部 】

10月14日（水）、綜愛苑玄関ホールにて『お楽しみ会』が開催されました。

ボウリングやボール掴み、ビー玉転がしのゲームに参加した後は、ワッフルやフランクフルト、アイスクリームを美味しく食べて楽しんでいます。



（綜愛苑 更生部 係長生活支援員 藤崎清美・生活支援員 木下静江）

【 きらめき 】



ハロウィンの季節がやってきました。
きらめきからのプレゼントを入れるハロウィンの袋を作りました。
1人1人、個性豊かな袋が出来上がりました。

今年はどんなプレゼントか想像しながら、皆さん笑顔で作っていました。



(綜愛苑 更生部 副主任生活支援員 神前剛)

【 つつじが丘苑 】

10月16日(金)苑外活動としてマリーナシティへ行きました。
レストランゴンドワナでランチバイキングをお腹いっぱい食べ、満腹になった後はポルトヨーロッパで乗り物に乗ったり、買い物をしたり、散策したりと楽しい時間を過ごしました。
休み明けから作業を頑張ろうと励みになりました。



(つつじが丘苑 就労支援部 副主任目標工賃達成指導員 田川誠)

【T-JOB】

■ 体力、免疫力をつけるため運動に力をいれています。



生活や働くために必要な体力や免疫力を高めるため、積極的に運動を行っています。気候や天候に応じて運動プログラムを工夫し、楽しみながら行っています。

今回は大新公園までウォーキングに出かけ、公園で様々な運動を行いました。その後、県立体育館で体を動かし、みなさんと爽やかな汗を流しました。



■ 自主製品の制作に力を入れています。



製造から販売までを自分たちで行い、働く楽しみややりがいを感じていただこうと自主製品の制作に力を入れています。今回プラバンを使った小物やアクセサリ作りにとりかかりました。

初回は試作品を作りました。今後は製品化に力を入れ、商品名や販売方法など皆で考えられる商品の制作に力を入れています。



(T-JOB サービス管理者 石関良充)

『免疫機能』を維持するために・・・

★必要な**ビタミンD**を摂取しましょう！！



ビタミンDって??

- ・健康な体を維持するためにはなくてはならないもの。
- ・カルシウムの吸収や筋肉の合成を促してくれる。
- ・免疫機能の調整・維持。
- ・ホルモンのように働き、体中の細胞に様々な指令を出す。

どうやって取り入れる?

・食事から

さんま・鮭・サバなどの青魚 マイタケ・椎茸・エリンギなどのキノコ類

***ビタミンD**は脂溶性の為、炒め物や揚げ物など、油を使った料理にして吸収率をアップ!

メニュー例

【鮭とキノコの和風パスタ/きくらげと卵炒め/干椎茸入り切干大根煮 etc.】

・日光浴から

皮膚に日光が当たることで体内に合成される。



*家に閉じこもりがちだと、十分な量の日光があたりません。日本人の半数が欠乏状態と推計され、外出が減ることで余計に不足してしまう危険があります。

外で日光浴が難しい時は、家の軒下などでも1日15~20分日光浴することをおすすめします。

