

【スタッフのひ・と・り・ご・と】

こんにちは！ふきのとう班の浦かおりです。

寒い日が続きますが皆様如何お過ごしでしょうか？私は「もうスタッドレスを用意する季節か」と思います。私の生まれ育った町はあゆみと同じ奈良市ですが、少し山を登ったところにあり、毎年雪が積もります。多い時では15センチ以上積もります。市内の友達には「猫バスがいそう」と良く言われます（笑）そんな町を少し紹介したいと思います。

奈良市中心から12キロ離れた奈良市東部の大和高原で標高400～500mあり、奈良市内と気温差は3～4度で夏は涼しくてクーラーいらずで冬は氷点下の世界です。よく驚かれるのは学校行事で雪かきがあり、雪が積もると1限目はなくなり、雪合戦をします。そんな何も無さそうな田舎ですが自慢できることがあります。奈良時代から始まったとされる大和茶が名産です。そして有名なのが太安万侶のお墓です。茶畑で作業していた方がたまたま発見したそうです。あとは最近だと河瀬直美の映画の舞台にもなり、私の祖母も映画に出ました（笑）

まだまだ書きたいことは山ほどありますが、今年の冬も雪は沢山降るので寒さに負けず子供と一緒に雪合戦をしたり、かまくらを作って都会では味わうことのできない山ならではの体験をさせてあげたいと思います。

あゆみニュース

だいごう ねんがつ
第146号 2017年 1月
しゃかいふくしほうじん かい
社会福祉法人あゆみの会

あゆみ
オープンスペースAYUMI

ならしあきしのちよう
奈良市秋篠町1381-1

TEL: 0742-53-0511

FAX: 0742-53-0512

✉: info@os-ayumi.org

こんにちは。手工芸班の奥田です！

今年も後数えるだけですが、やり残した事・最後にやりたい事などはありますか？

僕はこの季節になると十津川村にふら～と向かい温泉に入り、寒い中露天風呂に入るのが好きです。1人でゆっくりと浸かり景色を眺めて、その年のリフレッシュをしています。道中で結構疲れますが・・・（笑）温泉に入った帰りはもちろん何度も僕の独り言で出てきている「星のくに」に行き、少し仮眠を取り夜を迎えてから星空を眺めるのがいつもの流れになっています。天候によっては全く見れずに帰る事もありますが、何度も行っていると星に手が届きそうなくらい綺麗な星空を眺める事が出来ます。今年の年越しも「星のくに」で星空を眺めながら過ごしたいと思います☆

【多事想ろん】

胎中

今年も残すところわずかとなりました。1年間皆様のご協力のもと無事過ごせたことに感謝いたします。毎月出させていただいている「あゆみニュース」でのメンバーの笑顔今年も満載でしたね。うれしい限りです。この笑顔で私たち職員も元気にさせていただいております。感謝です。

さて、私事ですが、最近2つの封筒が届きました。年金申請書と介護保険手帳なるものです。そうです、65歳目前です。何やら遠い将来のもの思っていたことが、手元に届くと現実として「いやー、いい年になったものだな・・・」と、で今までの自分を振り返っています。

ある方の理論では、人生を20年区切りに考えて20歳、40歳、60歳、80歳と生き直すことも一つの歩み方と書いてありました。少しの誤差はあっても、意外とこの考えは私の中にもしっくりと入るものがあります。さて、これから先の自分の人生、どのように生き直ししていくことができるか、少しワクワクしてきますね。あれもこれもいっぱい楽しい事が頭に浮かびますが、何と言っても元気が一番。体も頭も元気でないとワクワク実現できませんね。私はお陰様で、毎日メンバーさんの笑顔から元気いただいています。感謝です。

そこで、先日「あらゆる病気は歩くだけで治る」青柳幸利著を見つけました。少しご紹介。歩き方の黄金律として1日8000歩、そのうち20分速歩きで健康に、高血圧、肥満、認知症等々予防。だれでも無理なく自分に合わせた運動を・・・なかなか興味のあるものでした。65歳を目前に、次へのステップをワクワクしながら考え中です。皆様、よいお年をお迎えください。



あゆみのみんなですす すす すす
進め！進め！進め！

【1月の予定】

クラブ活動・・・5日、12日、19日、26日（金曜日）

短期入所・・・女性→12日 男性→26日

※緊急対応については、担当者の丸野、中田、菊田までお問い合わせ下さい。

サタデー・・・6日（書き初め）13日（ ）

餅つき大会・成人を祝う会・・・20日（土）

年末年始休暇・・・12月29日～1月4日の間お休みになります。仕事始めは1月5日（金）です。

【やきいも&豚汁作り】

11月11日のサタデーでは焼きいも&豚汁作りをしました。ソフトボールぐらいの大きな芋、ピンポン玉ぐらいの大きさの色々な形の焼き芋を使って、焼き芋班と、豚汁作り班に分かれて活動しました。お水で焼き芋を洗って、手がじんじんしましたが皆で頑張って洗いました。豚汁の野菜を切ったり、皮をむいたり楽しく協力しながら作りました。昼食後に皆で、ホクホク顔で食べた焼き芋は最高でした。



【あゆみでライブ第二弾！&交流しよう！】

11月25日のサタデーではあゆみでライブ第二弾！&交流しよう！と言う事でなんとあゆみ祭りにも参加してもらい大反響だった亮太さんが遊びに来てくれました。ライブが始まるとパワフルな歌声で皆がひとつとなつて、手拍子をする人や、真剣な表情で聴き入っている人もいました。ライブの後の質問コーナーでは「彼女はいるんですか？」等、おもしろい質問がたくさんありました。午後からは亮太さんも参加してもらいフライングディスク大会をしました。自分のチームを大きな声で応援をして、一人が投げる事に一喜一憂して盛り上がりました。スタッフも投げ、中々上手に入らない中、亮太さんは遠投で2枚とも入れ、歌も上手くて、スポーツ万能で自が♡になりました。最後は握手をする人や、サインをもらう人が沢山あり、皆で盛り上がったとても良い1日でした。また機会があれば遊びに来てください。本当にありがとうございました。



【平城っ子フェスタ】

11月16日は平城っ子フェスタに参加しました。今年も沢山の模擬店が出店していて、あゆみのパン・みたらし団子・焼きそば・クッキー等があり、皆で何をかうか相談したり、買った物を交換して食べ比べ等をして盛り上がっていました。「オープンスペース 'AYUMI'」のパンも皆さんのご協力により無事完売でした。「平城っ子フェスタ」を開催していただいた地域の皆さま有難うございました。

【合同レクリエーション】

11月25日（土）に奈良県知的障害者施設協会が主催している合同レクリエーションにメンバー4名、スタッフ2名で参加してきました。競技は徒競走、妖怪体操、玉入れ、綱引き、リレーがあり、どの競技も皆、一生懸命取り組み、待機時には自分たちのチームを応援するなど、普段と違った時間を楽しんでいたように思います。また、合同レクリエーションでは、県下の施設が集まり、総勢300名程集まります。昨日まで知らなかった人とも、仲良くコミュニケーションを取り、笑顔の多い、有意義な時間になったのではないかと感じています。参加した皆様、お疲れ様でした。



【県下一品】

11月8日（水）に奈良県文化会館で行われている、県下一品に手工芸班が行ってきました。県下一品とは「アートな、福祉。」という事で障害福祉サービス事業所等の取り組みをアートの観点から紹介する展示会でオープンスペース 'AYUMI' の手工芸班の紙すき工房「ゆめ」の和紙製品が取材されました。日頃、メンバーとスタッフで協力して牛乳パックから作っている和紙製品のポチ袋・封筒・一筆箋・などを中心に皆が頑張って作成しています。メンバーやスタッフに話を聞き、普段の活動風景を見てもらい手工芸班の和やかな雰囲気味わって手工芸班らしい展示となりました。他事業所の取り組みなども皆で「こんなの作ってるんや！」と興味津々で見て周りいい刺激になりました。今後も頑張って製品を作成していきますのでどうぞよろしくお願いたします。

