

## 【スタッフのひ・と・り・ご・と】

こんにちは。手工芸班のポラです。

あゆみに入ってもう7年目になり、今年で30代の半ばの年になりますが、この年で頑張り続けているのは筋トレとフットサルです。残念ですが、目的はダイエットではなく、好きな食べ物をを気にせず食べるためです。(笑)

週3回の筋トレと月1のフットサルですが、お酒以外のストレス解消の方法になってます。(もちろんお酒が一番ですけどね)男性のスポーツだと思える人が多いと思いますが、9割が男性で、その中で負けないように走り回っています。次の日は足があざだらけになりますが、2時間の競技が終わってからシャワーを浴びるとそれがまた最高の気持ちです。60歳70歳になっても今のままの体力だったら、どこかのテレビで元気なおばあちゃんが出るかもしれないですね～(笑)

フットサルですが、月1の土曜日に18時からトドロキボウルでやっているのも、もし興味のある方は一緒にやりませんか？いつでも声をかけて下さいね～。

軽作業班・富雄ハウス世話人の田中須和子です！

“スタッフのひとりごと”の原稿締切間近になってもなかなか話題が思いつかなかったので、亡くなって百か日を迎えたばかりの祖母について書きます。全く暗い話ではないのでご安心下さい！笑 ただの田中家の自慢話です！私もしっかりその血を受け継いでいるのですが、祖母は食いしん坊でした。本人には胃ガンであることは秘密にしていたのですが、主治医の先生も「痛くないのですか？」とびっくりされるくらい、亡くなる3日前まで美味しい美味しいと食べていました。戦争の時代を生き抜いてきただけあって、一粒の米・一滴の水にも感謝して、食前食後は必ず手を合わせていました。最期の一週間は体温計もエラーになるほどの低体温なのに心臓の数値は正常で、看護師さんも「こんな状態で一週間ももつなんて考えられない、今まで看護師してきたけどこんなの初めて！」と言っておられました。こんなに不思議な事ってあるんですね！！奇跡のスーパーおばあちゃんのお話でした。

あゆみのスタッフになって二年目に突入します！これからもよろしくお願い致します！！

## 【多事想ろん】

胎中

今回のニュースレターでは、うれしい笑顔、おいしい笑顔を沢山お届けできましたね。今年目標の一つでもある、「自分たちにできることはできるだけ自分たちで！スタッフは応援団で！」の思いで、イベントの企画や準備にできるだけメンバーが主体に活動できるように、そして、スタッフの立ち位置を考え直す機会を多く持っています。

ご家庭ではいかがですか？失敗しないように、困らないように、迷惑をかけないように・・・との思いで、私たちはついつい先回りしていませんか？分かっているもちょっと待つ。失敗するのも体験。彼らの力を信じて任せてみませんか。きっと良い笑顔をいっぱい返してくれると思いますよ。

そして『Yes, and・・・』ご存知ですか？ コミュニケーションの手法のひとつですね。相手の言葉を先ず、「はい、そうだね、うんうん」と肯定的に受ける。そして、それを認めてから自分の意見を伝える。たとえ相手の意見が自分の思っていることと違っていても、「そうだね！」の言葉で、お互いの心は柔らかくなり、次の言葉を素直に受け止め合うことができ、そこから話が広がって深まっていくということですね。逆に「No, そんな事じゃないよ！」と受けたらどうでしょう？ きっと、お互い「何でや！わかって！」と自己主張が強くなり、会話は狭くなるかもしれません。

言葉って面白いですね。そして、プラス顔の表情、眼差しは表情言語で、もっと大切ですよ。

# あゆみニュース



だいごうねんがつ  
第151号 2018年 6月  
しゃかいふくしほうじん  
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](mailto:info@os-ayumi.org)



## ↑バーベキュー風景♪



## ↑普段の給食風景♪

【6月の予定】

- クラブ活動・・・8日、15日、22日、29日（金曜日）
- 短期入所・・・女性→8日（金曜日） 男性→22日（金曜日）
- ※緊急対応については、担当者の松山、久永までお問い合わせ下さい。
- 運動会・・・2日 運動会（平城小体育館）※雨天決行



【4月14日 サタデー ポッチャを楽しもう！】野口

SON・奈良ポッチャプログラムの練習と一緒に、平城小学校体育館の半分を借りて、ポッチャ大会を実施しました。今回は4チームに分かれトーナメント方式で試合を進めていきました。

広い体育館では、メンバー達は本気モードになり、熱い戦いが始まり各チームの応援している姿は元気が出て素晴らしかったです。また、準備の段階でメンバー達が朝から手作りの賞状を作ってくれ、各チームとても嬉しそうに受け取っていました。賞状を作ってくれたメンバー達、ありがとう！

午後からは自分達がやりたい活動を発表し、「ウォーキングに行きたい!」「カラオケをしたい!」「外でボール遊びをしたい!」「運動器具を使つての運動!」など、それぞれの場所に移動して楽しいひとときを過ごしていました。



【屋食・昼休憩にズームIn】

12時～1時30分あゆみの休憩時間です。屋食・昼休憩をちょっと覗いてみました。スタッフと会話を楽しんで屋食を食べているメンバー、味わいながらゆっくり食べているメンバー、食後は好きな事をして楽しんでいました。『笑顔・和顔』



【4月28日 サタデー BBQ大会 in AYUMI】仲川

毎年恒例のBBQ大会、一昨年より去年、去年より今年と、メンバーが主体となって準備をする部分が増えてきています。今年は、紙皿や割り箸の買い出しから行い、物品だけでなく、「BBQを楽しむぞ〜♪」という心の準備も万端だったように思います。

天候に恵まれた当日は、エプロンとバンドナを着用し、材料を運ぶところからスタートしました。材料を洗い、切るチームと火を起こすチームとに分かれて準備をしました。焼けたお肉や野菜、統括施設長のやきそばやおにぎりをなかよく、楽しく、おいしく食べました♪

後片づけも年々早くなり、午後は、カラオケやウォーキングなど、思い思いの時間を過ごし、充実した休日となりました♪



