



# ひだまり

さくら千手園 佐倉市青菅1019 043-462-2008  
木の宮学園 佐倉市青菅1051 043-463-1008  
レインボー 佐倉市青菅1051 043-463-1128

sakurasenjuen@deluxe.ocn.ne.jp  
kinomiya@green.ocn.ne.jp  
s-rainbow@smile.ocn.ne.jp

## 目次

散歩道	1
さくら千手園	2
バイク特集	2
千手園日記	3
木の宮学園	4
木の宮フェスティバル	4
ミニ外出報告	4
木の宮日記	5
第7回千手会年忘れ会	6
サポート(職員紹介)	6
お世話になりました	6
よろしく願います	6
アプローチ	7
地域生活を支える(その3)	
知的障がい者ガイドヘルパー制度	7
情報フラッシュ	8



第31回 手をつなぐスポーツのつどいにて

## 散歩道

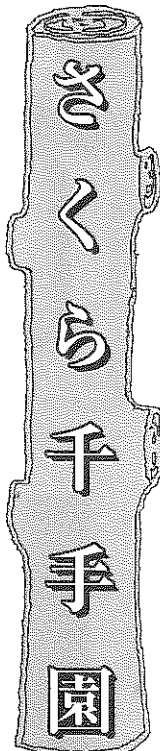
「秋」には色々な言葉がついてきます。「食欲」「行楽」「読書」「芸術」そして、「運動」！そんな秋を満喫する為、去る10月22日、「手をつなぐスポーツのつどい」に参加しました。

見上げると雲一つなく気持ちの良い秋空、そして見渡すと熱気に満ち出番を待っているたくさんの人達。そんな中ハラハラドキドキと普段味わう事のない緊張をしながら、競技の出番を待っていました。皆さんが特に熱中していたのはパン食の競争と玉入れです。パン食の競争では、スタートの合図も耳に入らない程集中し、ゴールめがけてあんぱんを必死にとつていた姿は眩しい位に輝いていました。また、玉入れでは白組赤組のそれぞれ仲間が協力し合いながら降り注ぐ太陽の光をかきわけ、大きなカゴにたくさんの玉を投じている姿がとても素敵で、スポーツの良さが感じられ印象的でした。

活き活きと輝いているみんなの顔を見て、今後この様な利用者同士の触れ合いの場への参加が増える、いっそう活気のある千手会になるのではないか、そんな思いがした大会でした。

# バイキング特集

## 栄養士より



最近、「バイキングはいつ?」「今度は何が出るの?」と利用者に聞かれる事が多くなり、皆さんが楽しみにしている事を感じさせられます。

自分の食べたい物を選んで、好きな分量を取って食べられる様にと、平成14年の5月に始まったバイキングですが、当時は月1回の実施からでした。始まるに当たって利用者の好みのメニューは嗜好調査等で大概見当が付きましたが、分量については見当が付きません。他の実施設に聞いてみると、初めは手探りで、回数を重ねる度残量のチェックをし、調整をしてきました。メニューは当初、利用者の好みの物が主でしたが、今はプラス、普段の食事の中で難しいメニューを取り入れています。例えば、ラーメンはその代表です。他に、ピザトースト・アイスク

リーム等、温かく食べたい物、冷たく食べたい物です。そんな時は調理員の人達も大変です。温かく食べてもらう為、物によっては食堂の品物がなくなるのを見計らって数回に分けて調理をして出していることもあります。又、盛り付け等も綺麗に見える様にはもちろんですが、利用者が取りやすい様に間隔を開けて並べたりと、気を付けています。

平成16年8月より月2回の実施になり、厨房は忙しくなりましたが、「美味しかったよ」という声に励まされ、頑張っています。今後も、楽しんでもらえるメニュー作りに、給食係一同努力して行きたいと思えます。又、利用者の方々にも、バイキングのマナーを理解して頂ける様な声掛けや、機材の充実も計っていただけたいと思います。

(坂上)



# みんなの声

「今日のバイキングは、何が出るのかな」待ちに待ったバイキングの日。献立表を指差しながら皆が口々に言っています。いつもより15分早く食堂が開くことにも慣れた様子で、まだかまだかと食堂前でドア越しに中の様子を期待に満ちた目で見ががっています。食堂がオープン。我先にとカウンタに並び、お皿に好きな物を乗せていきます。美味しそうなお皿ばかりなので、お皿に乗り切らずにカウンターで立ち止まってしまふ人、早く次ぎのものを取りたくてウズウズしている人と様々です。上手に全種類をよそった人のお膳を見ると、目にも鮮やかです。

## 今日のメニュー

- ししゃものフライ
  - いかリングフライ
  - きのこハンバーグ
  - グラタン
  - ふきの煮物
  - ラーメン
  - ライスサラダ
  - ツナマヨコーンパン
  - タルト
  - かぼちゃのプリン
  - 一口桃まん
- です。

メニューの中で人気なのが揚げ物や肉料理ですが、特に大人気なのがラーメンです。ラーメンが出る時、いつも前には行列が出来ています。ラーメン担当の職員は大忙しです。

好きなものだけをお皿に盛り、食べ終わると何度もお替わりに来る人の横では、全種類をお皿によそってそれをゆつくりと味わっている人もいます。「美味しいね」と言う人の笑顔と活気と熱気で、食堂内はいつもより1、2度温度が上がったように感じられます。

お腹と気持ち満たされて、食堂内は大分静かになってきました。「次のバイキングには、何が出るのかな」終わるとすぐにこんな声が聞こえてきます。毎日がドキドキ、ワクワクのバイキング。さて次は何が出るのかな。メニューは次回までのお楽しみです。

(辻村)

# 千手園日記

## 伊香保の秋

片道3時間の道のりをのんびり車に揺られながら、いざ群馬県伊香保温泉へ。まだ、紅葉も残っており、紅・黄・朱のコントラストが見る人を幻想の中へ連れて行ってくれます。参加した利用者も「綺麗だねえ」「真っ赤だねえ」、中には紅葉を手に取りじっと見つめる人もいました。そんな紅葉に誘われるがままに車を走らせると、今回の宿泊地ホテル銀水荘へ到着。到着するやいなや、今回の目的の一つである露天風呂へ。入浴して辺りを見回すと先ほどの紅葉の中にポツンと浮かぶように露天風呂があります。月夜に照らされた紅葉を見ながらのんびり湯舟に浸かると、「あー」「良い気持ち」「最高だねえ」、中にはポツと顔を赤くして満

喫する利用者もいます。皆、とてもいい顔をしていました。  
さて、体を温めた後は夕食の時間です。天ぷらにすぎ焼き、刺身に焼き魚。温泉で火照った体を更に熱くしながら、とても美味しそうに食べていました。一通り満喫すると、そろそろ眠たくなってきたのか眠い目を擦りながらのんびり、ゆっくり、まったり、こんな言葉が似合う1泊2日の旅でした。  
(長谷川)



## 出会い、ふれあい、SLの旅

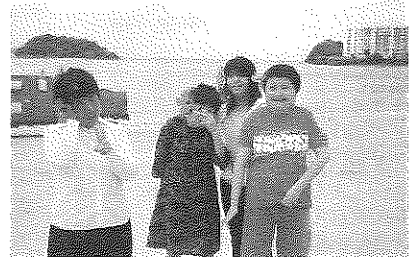
行ってきました。2泊3日のSLの旅！熊谷から三峰口までの全行程約2時間半を、ゆっくりのんびり楽しんで来ました。  
SLは、その名も「SLパレオ号」です。待ちに待ったSL乗車当日、三峰口で昼食を食べていると、急に「ポッ」という汽笛と蒸気の音、後ろを振り向くと何と「SLパレオ号」が到着してました。汽笛の大きな音に驚きながらも、皆な慌てて食事を済ませました。給水中のSLを目の前で見たいと最前線目指して歩いていく人、蒸気が少し怖くて遠目から見ている人も

いました。  
それぞれ笑顔のまま乗車するといよいよ出発です。時々汽笛を鳴らしながら、熊谷までの約2時間半ののんびりと楽しみました。座るのが惜しいようで、立って外を眺めていると地元の方々が手を振って見送ってくれました。長いようで短い旅でしたが、満喫・満足の笑顔が一杯でした。(蜂谷)



## ハイビスカスに誘われて

寒い佐倉を出発して一路グアムへ。揺れる飛行機もなんのその、わくわくどきどきしている皆さんには飛行機の揺れも楽しいようです。映画に見入っているOさん。機内の雰囲気を楽しみ、吹き出すように笑うMさん。コーヒーのお代わりにニコリのHさん。あつという間に到着。空港を出た途端にもわつとする熱気が全身を包み「暑い」と一言、Hさんが皆の気持ちを代弁してくれました。ホテルから見える綺麗な海の色にウツトリ、いつまでも眺めていたい気分でしたがお腹の音には勝てず、買物が夕食のため市街へ。さすがはアメリカ、ポリウム満点のビッグサイズ。いつもは大食いの職員Tも残してしまいました。翌日は半日で一周出来るというグアム島内を観光。恋人岬では恋人同士ではなかったけれど肩を寄せ合って記念写真をパチリ。ハイビスカスの花に負けないくらい素敵なお顔でした。プールサイドでのディナーショーでは腰をフリフリ、アロハダンスで盛り上がり、免税店ではお土産選びでウロウロ。重たい荷物と楽しい思い出と一緒に帰ってきました。  
(高橋洋)





# 木の宮学園

## 第9回 木の宮フェスティバル

10月23日(土)今年で「木の宮フェスティバル」も第9回を迎える事になった。天気の方も味方になってくれたようだ。

今年、コールフリーゲルの「線路は続くよどこまでも」の歌がホールに一気に響き渡ると、会場からは自然と拍手が沸いてきた。会場を見渡すと、一緒に口ずさんでいる人、体を左右に揺らしリズムを取っている人、カセット



コールフリーゲル

テープに歌を録音している人等、それぞれが音楽を楽しんでいた。そろそろお腹も空いてきた頃。「手打ちうどんや炊き込みご飯。

トン汁、フランクフルトにポテト」に舌つづみを打ち、お腹一杯になるまではおぼる。そして腹ごなしにゲームコーナーへ行き「ボウリング・射的・輪投げにストラックアウト・ヨーヨー釣り」に挑戦だ。各ゲームコーナーでは歓声や笑顔で活気があふれている。



そうこう楽しんでいるうちに、「〇×クイズ」のスタートだ。友達と相談しながら回答を決めている。答えが出るたびに、残念がる人・喜び合う人と様々であった。一通り遊んだ後は、小腹が減ってくる。ちょうど「焼き芋や喫茶店



音羽太鼓 獅子舞

内のクッキー、アイスクリームに綿あめ」で一息つく。フェスティバルも佳境に入った所で、井野中学校音楽部による生演奏。「やはり生演奏は迫力がある。盛り上がった所で、音羽太鼓による和太鼓の演奏と獅子舞だ。力強い獅子の舞に和太鼓の音色がびつたりである。そんな獅子の舞に、周囲はおののいてたじろいだり、はたまた積極的に頭を出して囃まれに行ったりと、それぞれがフェスティバルを楽しみ、充実した1日を送れた様子であった。お手伝い頂いたボランティアの方々、御協力頂いた各団体の方々にこの場を借りてお礼申し上げます。来年度は節目の10年目の木の宮フェスティバルです。乞ご期待！皆を誘って遊びに来て下さいね。

(河野)

### ミニ外出報告

毎月第一水曜日を「ミニ外出」の日として年間を通して活動を展開しています。以前より一日外出を年2回以上やって欲しいという希望が多く、一日外出をもう一度別の機会に企画する事は難しい為、代わりに「近場で楽しめる」外出「ミニ外出」という形での実施を企画する事になったのです。

この様な主旨で今年度よりスタートした「ミニ外出」ですが、主な企画を挙げると「映画を観に行こう」では、人気のハリポッターシリーズをマイカルシネマに行ったり「幕張を楽しもう」ではホテルバイキングやカルフルにてウインドーショッピングを楽しんだり、「成田山に行こう」では、参道のお店を冷やかして歩いたり、お参りをしました。「アクアユーカーで遊ぼう」では、ゆつくりとお風呂やジャグジーに入つて日頃の疲れを癒したり、他にも「イオン成田ショッピングセンターで買い物」など利用者と共に外出を楽しんでいます。今後も様々な企画を通して魅力ある『ミニ外出』を展開していきたいと思えます。

(小石)

木の宮園記

餅つき会・新年会・成人を祝う会

雪が降るといって天気予報の中、もちつき会がスタートしました。

小雨が降る中、もちつき会を開始。早めに来た参加者が中心となり、次々と美味しそうなおもちをつきあげています。「美味しそうだね。」「おもちつきやる！」などの声も聞こえます。

お雑煮、お汁粉、磯部もち、納豆辛味もちを皆さん美味しく食べています。そうに食べています。「おかわり」「美味しいね」など楽しくお話をしながらお腹一杯食べました。

午後は成人を祝う会。今年は4名が成人となりとても華やかです。

普段の服とは違い振袖やスーツを着てとても素敵です。周りの方々から「おめでどう」「きれいだね」「かっこいいね」など声をかけられ、はずかしがりながらも誇らし気です。

会場に入り主役の4人は席に着



き期待をしながら開始を待ちわびています。園長から始めの言葉、成人者の紹介があり、次に花束・記念品贈呈です。一斉にカメラを向けられ芸能人の様です。先輩・職員からお祝いの言葉をもらうと、

新成人も「頑張ります」「ありがとうございます」など答えています。

皆と記念撮影をし、一人一人の撮影です。なかなかポーズが決まらずにいましたが、写した写真はすぐにプリントし、素敵なカレンダーに仕上がりました。出来上がりを見て改めて成人になったことを感じていたようでした。

二十歳は人生の通過点の一つに過ぎません。これからも色々な事があるとは思いますが、様々な人と助け合いながら、その人らしい人生を送っていければと願っています。

(森)

のんびり言ノ湖

天気に恵まれた十月二十八日、二十九日と箱根へ行ってきました。仙石原のみことなすすきの群生を見ながらドライブを楽しみ、ホテルではウエルカムドリンクのサービスにちよつとリッチな気分になりました。創作フレンチのおいしい夕食を優雅に頂き、みなさん大満足！景色の良いお風呂ものんびり入り翌日は朝風呂を楽しんだ方もいました。芦ノ湖の遊覧船は平日のためかほぼ貸し切り状態であちこちの席を移動したりジュースなどを飲んでそれも大満足！帰りはおみやげを買って、売場の各所に

日光でんご盛りの

日光の木々が色づき始めた十一月のんびりと9名での一泊旅行。初日、江戸村へ：タイムスリップした様な異空間をたつぷりと時間をかけて体感しながら、様々なアトラクションを堪能し情緒ある江戸の街並みを散策、広い敷地内、時々休憩を取り不思議な感覚に各々表情がその時々に変化して行くのも楽しい発見でした。ホテルにてゆつくり温泉に、バイキングにと充実した夜を過ごしました。2日目、残念！！雨が降りしきる中での移動となってしまいました。それでも猿軍団で愛らしいオサルサンのパフォーマンスを楽しみ、フラワ

用意されている試食もたつぷり食べてまた大満足！少数での旅行でしたが、予定を盛りだくさんにせずのんびり過ごせました。

(百瀬)



パークに、お菓子の城にと、でんご盛りの観光ツアーとなりました。

(中野)



# 第7回 千手会年忘れ会



流山ジャグリングクラブ

前日準備の志津コミュニティーセンターのホールにて、ふと舞台に目をやると『第七回千手会年忘れ会』の看板。ホール内の装飾が始まり、さくら千手園・木の宮学園の写真展示と絵画展示。何もなかったホールにテーブル・椅子等がセッティングされ、皆さんをお迎えする準備が整っていききました。そんな風景を見ながら平成十六年を振り返り、明日の立食パーティーのメニューを考えていました。

今年も利用者・家族・地域の方々・ボランティアの方々の御協力により晴天の中、平成十六年十二月二十一日に『第七回千手会年忘れ会』を開催する事ができました。この場を借りてお礼申し上げます。

さて、大ホールが開場すると厨房職員を中心に全職員が一丸となってこしらえた食事がテーブルにあり、皆の視線は釘付けとなっていました。乾杯と共に、唐揚げ・とんかつと、揚げ物をお皿一杯に盛りつけるかた。茶そばがわんこそば大会に早代わり？写真を撮るので声を掛けると口の周りが生クリームだらけにびっくり！ビデオ撮影では、炭火焼つくねが口の中でダンスをしており何を言っているのか分からない方。そしてホール中央を見るとパークウンターに長蛇の列。皆、美味しい物を求めて各テーブルを、さまよい人のように歩いていました。

お腹も一段落するとジャグリングショーの始まりです。皆の口は空いたままになり、「さて、さて」の掛け声と共に南京玉簾が始まっています。その後、皆で歌を歌いながら思い思いにレクリエーションを楽しんでいました。そして、休憩室を覗くとお腹に手を当てて、ため息をついて寝ている方がいました。



志津ジュニアリーダーズクラブ

ビンゴ大会は電子音とともに始まり、数字のカードに表情で穴を開け、「ビンゴ」で舞台にあがり、満面の笑みで豪華景品を手に入れました。景品が足りなくなることがあり、家族会からバザー品の寄付がある一幕もありました。

平成十六年は皆さんにとって、どんな一年だったでしょうか？平成十七年も明るく、楽しくをモットーに皆で頑張っていきたいと思えます。これからも千手会は地域・ボランティアの方々の支えにより日々の生活・活動を過ごすことができます。これからも御協力、ご指導の程、よろしくお願ひします。

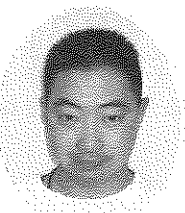
(島田)

## サポート《職員紹介》

よろしくお願いします

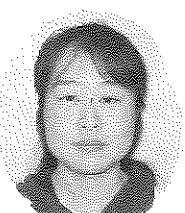
お世話になりました

皆様、初めまして。自分は東京福祉専門学校介護福祉科夜間課程一年に在学しております。施設で働かしていたのは始めてなので、不慣れな点が多く、毎日が勉強の連続です。早く皆様と親しくなれるよう、皆様と触れ合い、沢山お話ができるようになります。今後とも宜しくお願いします。



木の宮学園作業指導員 宮本 寧

昨年10月から木の宮学園で非常勤として働いておりです。以前は「でいさくさべ」に1年程いましたが、同じ通所施設でもだいぶカラーが違うのには驚きました。でも利用者との信頼関係と自然な関わりは積み重ねの大切さを感じ自分も楽しみつつ頑張っていくつもりです。



木の宮学園作業指導員 市川 ゆり

年月の経つのは早いもので、16年間千手園の調理員としてお世話になりました。在職中は皆様と毎日活気ある明るい職場で勤務致しております。利用者の方に出会えた事、食欲の満足顔・笑顔など沢山の思い出をありがとうございます。これからも時折園にお伺いしたいと思います。



さくら千手園給食係員 高草木 妙恵子

健康に気をつけて頑張ってください。長い間、お世話になりました。

# Approach

アプローチ=接近する・研究方法

## 知的障がい者ガイドヘルパー制度をめぐって

過去3回に渡って掲載してきました「地域生活を支える」も今回で最終回となりました。今回は文字通り地域で生活をしている障がいを持つ方々の目となり足となるガイドヘルパー制度を紹介したいと思います。原稿をお願いしたのは佐倉市社会福祉協議会地域福祉課長の兼坂さんです。お忙しい中時間を割いて下さりありがとうございました。

佐倉市社会福祉協議会

兼坂 誠

平成十五年四月から支援費制度が始まりました。障がいを持つ方々が住み慣れた地域で暮らし続けたいという願いを実現するために、居宅介護事業、特にホームヘルプサービスの充実が必要不可欠です。地域における障がいを持つ方々の日常生活を支援することにより自立と社会参加が促進されるものと考えられます。ホームヘルプサービスとは、ヘルパーと利用者が一対一で支援を行う個別支援で、利用者のニーズに的確に応えられるサービスとして地域生活支援の核をなすものと言われています。

千葉県では障がい者に対するヘルパーの資質の向上と人員の確保を図るため、ホームヘルパーの養成研修を積極的に推進しています。設置目標としては、平成十五年度末三二八六人を平成二十年年度末には四二六〇人にしたいということです。さらに手話のできるヘルパーやピアヘルパー（障がい者が障がい者を介護するヘルパー）の設置も検討されています。ホームヘルパーの中でも、視覚障がい者・知的障がい者・全身性障がい者の移動介護（ガ

イドヘルプ）には、より高度な専門的技量が求められると思います。そのためホームヘルパー養成研修とは別にそれぞれ養成研修が行われています。視覚障がい者、全身性障がい者の移動介護に従事するためには、それぞれの移動介護従事者（ガイドヘルパー）養成研修の受講が必要となりますが、知的障がい者の移動介護につきましては、知的障がい者移動介護従事者（ガイドヘルパー）養成研修を受講しなくても、介護福祉士や1〜3級のホームヘルパーでも移動介護を行うことができます。

佐倉市社会福祉協議会では、市民のニーズや佐倉市障がい児者地域療育・生活支援システム研究会での要請に応え、支援費制度を支えるための人材を養成するため、千葉県知事の指定を受けて次の日程により知的障がい者ガイドヘルパー養成研修を行いました。



〈演習〉柿狩りにて

- 1、研修期間 平成16年10月30日〜11月30日
- 〈講義〉 10月30日(土)・31日(日)
- 2日間13時間

- 2、研修会場 日月1日〜30日の間の6時間
- 〈講義〉佐倉市西部地域福祉センター
- 〈演習〉知的障がい者更生施設
- 「木の宮学園」

知的障がい者更生施設

「めいわ」

身体障がい者通所授産施設

「オリオンハウス」

- 3、受講対象者

佐倉市内在住・在勤で知的障がい者ガイドヘルパーとして働く意欲のある方

- 4、受講者 30名



そして、このたび12月20日付で知的障がい者ガイドヘルパー養成研修修了証明書の交付を行うことができました。受講されたみなさんには一人も欠けることなく、全員に修了証明書をお渡しすることができました。受講者からは、「ただ聴くだけの講義ではなく、受講生に考えさせることがあったり、現場の話や体験談が豊富に盛り込まれていた」などの声が寄せられました。

講師のみなさんや施設実習にご協力をいただいたみなさんに感謝申し上げます。この研修を通じてみなさんと関係づくりができたことを一つの手柄えとして感じています。

今後は、研修で得た知識や経験を生かし、知的障がい者ガイドヘルパーとしてそれぞれの分野で活躍いただくことを念願するとともに、さらに自己研鑽に励み、信頼される質の高いヘルパーを目指していただきたいと思います。



## 行事予定

**2月**

- 1~3日 ニード別外出(広島)
- 2~4日 グループ旅行⑧(湯沢スキー場)
- 7~8日 ニード別外出(佐野)

**3月**

- 1~2日 ニード別外出(盛岡)
- 10~11日 グループ旅行⑨(房総)
- 15~16日 ボランティア講座
- 25日 家族懇談会

**4月**

- 20日 やまびこ会主催のど自慢大会

**5月**

- 5日 保護者懇談会
- 13~14日 グループ旅行

⊕: 千手園      ⊗: 木の宮学園

千手会年忘れ会にご支援・ご参加いただきました皆様へ。  
 ・観音寺 安田芳照様  
 ・佐倉市福祉協議会様

**バザーのお礼(保護者会)**

今年度はバザーを、木の宮フェスティバル、福祉バザー、千手会年忘れ会と、三回行いました。多くの方々にご来場いただき、たくさんお買い上げいただきましてありがとうございました。

年度初めから、役員、バザー委員が毎月集まり、バザーの準備をしてきました。素敵な手作り品や日用品、新鮮な大根など、数多く献品していただき、心から感謝申し上げます。販売していて、地域の方々がバザーを楽しみにしてくださっていることを知り、嬉しく思いました。子供達を思う親達の心が地域へと、そして、子供達の幸せへとつながっていくことを願いました。

皆様がたくさんのご支援、ご協力に厚くお礼申し上げます。  
 (木の宮学園虹の会)

**ご寄付に感謝いたします**

**千葉県共同募金配分金事業**

さくら千手園にワゴン車を整備することができました。

事業名 10人乗りワゴン車一台  
 総事業費 二百四十五万八千五百円  
 配分金額 百五十四万円  
 完了 平成十六年十月二十七日  
 ご支援に対し感謝申し上げます。



**(財)中央競馬社会福祉財団  
(社)中山馬主協会助成事業**

さくら千手園にワゴン車を整備することができました。

事業名 10人乗りワゴン車一台  
 総事業費 二百四十四万七千五百円  
 配分金額 百六十六万円  
 完了 平成十六年十二月二十二日  
 ご支援に対し感謝申し上げます。



**編集後記**

平成十六年度は「災」の年だったそうです。天災、人災多くの暗いニュースが流れました。福祉関係においても大きな波が次々と押し寄せています。支援費制度になつてから2年。様々な課題が指摘される中、次は「ブランドデザイン」が発表されました。様々なサービスが整備される一方で利用者負担も増えていくようです。より良いサービス提供を目指し、明るい一年にしていきたいと思えます。

- ☆還暦
- 上田茂登恵さん (木の宮学園)
- ☆成人
- 加藤めぐみさん (木の宮学園)
  - 中村咲智子さん (木の宮学園)
  - 松澤 里美さん (木の宮学園)
  - 石井 和樹さん (木の宮学園)

(新井)