

ひだまり

さくら千手園	佐倉市青管 1019	043-462-2008	sakurasenjuen@deluxe.ocn.ne.jp
木の宮学園	佐倉市青管 1051	043-463-1008	kinomiya@green.ocn.ne.jp
レインボー	佐倉市青管 1051	043-463-1128	s-rainbow@smile.ocn.ne.jp
南部よもぎの園	佐倉市大篠塚 1587	043-483-2829	n.yomogi@cotton.ocn.ne.jp

目次

散歩道	1
さくら千手園	
紙工房作業紹介	2
手をつなくスポーツのつどい	2
千手園日記	3
木の宮学園	
外注班作業紹介	4
四街道ロードレース	4
木の宮日記	5
南部よもぎの園	
親子日帰りバス旅行	6
ケアホーム山桜	
クリスマスパーティー	6
第2回千手会新年会	7
情報フラッシュ	8



地域生活支援センターレインボー イベント「お菓子づくり」

散歩道

バレンタインデーも近い2月の初め、レインボーのイベントで、お菓子作りを行いました。生チョココートと、ショートケーキをつくる予定だったので、なかなか思いどおりに事は運ばず、始めのイメージとはちがったものになってしまいました。途中、大丈夫かなあと不安になりましたが、参加者はみんな、思い思いにケーキを飾りつけ、それぞれ満足げな顔で、楽しんでる姿に安心しました。「おいしそう」、「うまくできた」との感想を聞いて、なんとか胸をなでおろしました。おやつタイムの時間まで、恒例のカラオケ大会で盛り上がりました。イベントの歌姫たちが美声を発揮しさらに花を添えてくれました。

いつも楽しい思い出を残してください、参加者の方々に感謝すると共に、また次回からもレインボーのイベントに多くの方が参加していただけることを願い、楽しみにしています。



さくら千手園

紙工房作業紹介

利用者の好きな音楽を聴きながら、楽しい雰囲気の中で作業ですが、牛乳パックの紙をミキサーで攪拌する音で、殆どの音が掻き消されてしまいう紙工房です。紙工房では、頂いて来た牛乳パックを再利用し、葉書・名刺・メモ用紙・コースターを生産しています。全て100%の再生紙なので、地球への優しさ貢献しています。昔とは違い、ここまでの工程は環境問題が叫ばれる今日では、当たり前のように行われていると思います。しかし、紙工房では更なるリサイクルを追い求め、究極のリサイクルを心掛けて取り組んでいます。出来上がった紙を商品化する為に、様々な大きさに裁断していきませんが、その際にどうしても出てしまうのが切り端部分の紙です。しかし、紙工房ではそれもまた貴重な材料となり、更に再利用



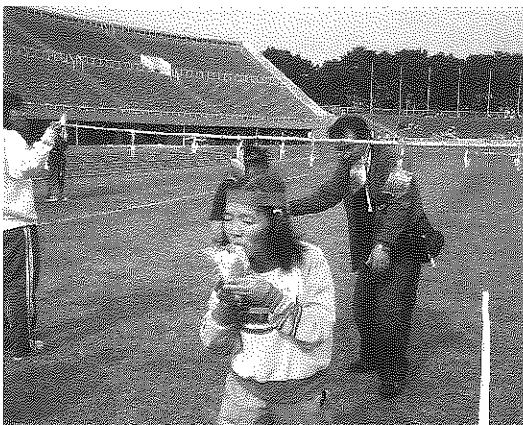
用していきます。鍋で煮詰めて元の状態に戻し、色合いを考えながら調合し、200%の再生紙に生まれ変わるのです。出来る限り無駄を出さない事で、少しでも社会に貢献出来るよう努めています。大手会社の製品には敵いませんが、手作りに対する情熱は、大企業には絶対に負けません。
(金川)

手もつなびスポーツのこころ

秋晴れの10月25日、千葉県総合スポーツセンターにて第34回手をつなぐスポーツのつどいが開催されました。寒さが心配されましたが、いざ当日を迎えると、青く澄み切った青空で日向だと少し汗ばむ程の絶好のスポーツ日和。目を輝かせながらジャージに着替え、ハチマキを握り締めながらいざ出発！

ワゴン車の中で朝食を食べながら、「あんパン取って食べよう」と早くも参加が決まっているパン食い競争の話です。「頑張ってお口で取りましようね」と話は盛り上がり、会場に到着するまではパン食い競争の話で持ちきりでした。

まず参加したのは、紅白対抗の玉入れです。さくら千手園は紅組だったので、紅のハチマキを締めて紅玉を両手に持ち、スタートの合図を待ちます。ピッと笛が鳴ると同時に一勢に玉を籠に投げました。勢い余って玉を集めていた職員の頭に玉がボンボン当たりましたが、職員も痛さを忘れて夢中で集めていました。2戦1勝1敗でしたが、

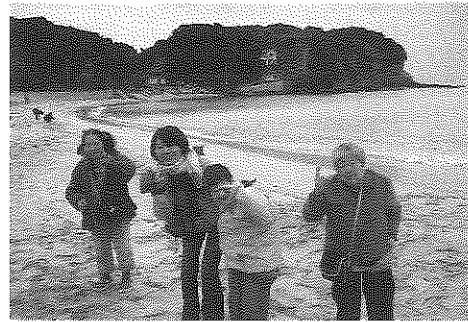


勝敗は関係とばかりに輝いていた皆の顔がとても印象的でした。次はいよいよ待ちに待ったパン食い競争です。スタートラインに立つと、皆の表情が変わりました。目の前に並んでいるあんパン！スタートして走り出し、ぶら下がっているパンを口で取ろうとしても中々取れず結局手で取りましたが、取ったパンを食べて「美味しいね」と大興奮の様子でした。

大きな行事に参加して他施設の方々と交流出来たことに感謝し、大満足のうちに帰園しました。
(辻村)

千手園日記

電車好き、温泉好きが集まりいざ熱海温泉へ出発です。皆さんの楽しみの一つ、スーパービュー踊り子号に乗るため満員電車で揺られながら東京駅へ。席に座り一安心すると、あれ？楽しみにしていたKさんは目を閉じてしまいました。車内販売のコーヒーの匂いに誘われ目を覚ましました。Oさんは景色を眺めて実況中継してくれます。早咲きの梅で有名な梅園ではちょっと私たちの到着が早過ぎてまだつぼみでしたが、代わりに紅葉を楽しみ、皆で記念写真をパチリ、笑顔が溢れてました。ホテルに到着後は大きな温泉につかり旅の疲れを癒し、バイキングで夕食です。せっかく海辺に来たからと海鮮料理を選ぶ職員を尻目にフライやそば、ケーキと好きな物をたくさん食べて満腹になりました。翌日は海辺をのんびりと歩き金色夜叉で有名なお宮の松の銅像を見たり、温泉情緒溢れる商店街の雰囲気を楽しんだりしました。最後のお楽しみの駅弁も忘れずに購入して帰路につきました。(高橋洋)



お城と紅葉とエビフライ

11月15日、16日に1泊2日 2日目は、勝浦海岸に向か
で房総方面に行つて来まし
た。天気は良好。ワクワクし
ながら最初に大多喜城を目指
しました。到着すると、「すみ
ごい」と歓声が上がっていま
した。お城を背景に記念写真
を撮ったりベンチに座りお城を
見て楽しそうに過ごしていま
した。養老溪谷周辺ではドラ
イブをしながら、色あざやか
な紅葉を楽しみました。旅館
に到着して夕食を食べ温泉に入
りました。

2日目は、勝浦海岸に向か
い近くの守谷海岸に到着して
から、みんなで砂浜を散歩し
ました。Mさん・Aさんは「う
み」をニコしながら唄ってい
ました。昼食は、皆さん楽し
みにしている定食屋で、「海鮮
井」「エビフライ」を美味しく
うに頬張つており満足した様
子でした。美味しいご飯を沢
山食べ素敵な思い出を胸に、
笑顔で元気いっぱいに帰園しま
した。(君塚)

熱海に宿ろう

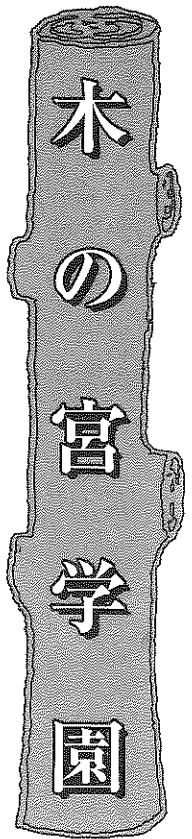


気持ちいいね



2月28日から1泊で南房総方面へ
行つてきました。晴天の中元気に出
発しました。1日目のメインは苺狩
り。鴨川の「たむら農園」で苺狩りを
しました。練乳の入ったパックを片
手に、真っ赤になった大きな苺を見
つけては皆さん喜んで口に運んでい
ます。ホテルグリーンプラザ小湊に
到着すると夕食まで時間が空いてい
たので、浴衣に着替えて早速大浴場
に向かいました。平日という事もあ
り、貸切り状態で「気持ちいいね」
と話しながら両足を伸ばして湯に浸
かり満喫しました。夕食は皆さんが
楽しみにしていた海鮮バイキングで
す。特にお寿司やお刺身は好評で、
お皿に沢山よそって食べました。夕
食後は疲れが
出てきたの
か、早々に就
寝しました。
2日目は市原
ぞうの園へ行
きました。象
の他沢山の動
物達に迎えら
れて感動しま
した。

(宮本)



外注班はその名の通り、外
部から注文を受けた作業を行
っています。

通常行っているものは、商
品の緩衝材として使われるク
ッション作りです。紙をシュ
レッダーにかけてビニール袋半
分くらいに柔らかく詰めま
す。それを100個数え大き
な袋に入れます。皆さん手馴
れたもので作業時間になると
各自始めています。

通称「プチプチ」と呼ばれ
ているエアパッキンを注文の
サイズにカットする作業もあ
ります。不定期に大量注文が
あるため、忙しいですが職員
顔負けのカッター使いをして
切っています。この2つの作
業が基本です。実習生などが
来ると皆さん熱心に作り方を
伝授しています。

その他、石鹸のシール貼り
など単発的に入る仕事もあり
ます。何が何時来るかはわか
らない仕事ですが、皆さん楽
しみのようです。

外注班作業紹介



新しい作業となると休憩
も取らずに行い職員がつい
ていけないくらいです。皆
さんの仕事熱心な姿は感心
します。石鹸などは、時々
お店で見かけ「私達がやっ
た仕事だよ」と心の中で思
っています。

力持ちの方は業者に納品
に出かけ品を運んでいま
す。こうして稼いだお金が
作業収益金としてもらえる
ので皆さん更に頑張ってい
るようです。
(新井真)

四街道ロードレース

秋晴れの中、第10回四街道
ガス灯ロードレース大会が行
われました。今回のスタータ
ーは、ニコニコドー元マラソ
ン選手の松野明美さんがゲス
トで招待されていました。5
kmの部は、10時に号砲が鳴り
沢山の選手が一斉にスタート
しました。

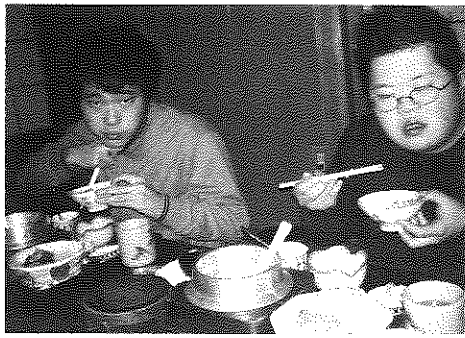
Nさんはボランテニアの方
の伴走により快調に飛ばして
います。続いて、Tさんは、職
員の伴走で本人のペースを守
りながら、小気味良く走って
いました。最後の走者のKさ
んは職員の伴走で走るとい
うより超スロージョギングの様
なスタイルでゴールまで走り
切った。Nさんは昨年より記録
は伸びなかったが26分台でゴ
ールした。Tさんは飛ばし過ぎ
ず、ラストスパートもきい
て27分台で走り切った。Kさん
は、直線のスタートダッシュ
は早いですが長い距離はあまり持
たずに40分台のタイムであつ
た。しかし昨年と比較すると
7〜8分短縮されており自己
新記録をマークした。



運動の秋という事で普段練
習した成果を今大会で発揮で
きたので良かったと思いまし
た。地域との交流をはかりな
がらスポーツを通しての素晴
らしさを養う機会は、大切な
事である事を実感しました。

食欲の秋で、秋の味覚を満
喫し、お腹がひとまわり大き
くなってしまった方、是非、
健康のためにロードレースに
参加して汗をかいてみてはい
かがでしょうか。ゴールイン
した時の達成感と、気持ち良
い爽快感と2度おいしい体験
が出来るかも。
(松田)

釜飯定食(茶碗蒸し付)



紅葉&グルメという企画で今回は『養老溪谷』に出かけてきました、学園に集合した時には雨が降っていましたが、現地に着くまでには天候も回復し車窓から見える綺麗な紅葉があちらこちらに見えてきます。それはさておき、何と言っても“グルメ”と言うことで昼食の場所探しを始めると1件の釜飯屋を発見、なかなか豪華そうな釜飯定食!!の看板に吸い込まれ悩む事なく店内へ。大きな釜飯に茶碗蒸し・お刺身の盛り合わせ・豚汁・煮物などなど、大きなお盆に季節のグルメというのにふさわしい豪華な食事を満喫。食後は肌寒い溪谷を散歩して周辺の紅葉を楽しみ、山沿いをのんびりとドライブをしながら、あっという間の1日が過ぎてしまいました。(牧野)



指かじかむ風の中、一足早い春を求めてイチゴ狩りへと出掛けて来ました。ハウスに入った途端、鼻をくすぐる甘い香りに皆うっとり。お皿を渡されると、もう笑みは止まらず、足どり軽く、赤く大きなイチゴを指して棚の間へ。練乳をつけたり、素のまま一口で頬張ってみたりと皆思い思い味わっては「ウーン♡」と甘美な甘酸っぱさに酔いしれるのでした。その後は、ポコッとなったお腹(甘い物は別腹だよね)を抱えつつも、市原の新名所ユニモにてポリューム満点のハンバークを昼食に摂り、残った時間で男女別れてショッピング。服や鞆、家族へのお土産を買い求め、身も心も充実した、楽しい一日を無事終えました。(鈴木佳)

(鈴木佳)

木の宮日記

今回、皆様にご紹介するプランは「秋の幕張ベイエリア、パーク&グルメの旅」です。11月某日、いつもよりちよつとオシャレして集合。天候は外出日よりとは言い難い雨。しかし、今回のメインはホテルでのランチバイキング。「ホテルスプリングス幕張」へ向けて出発。レストランは南国リゾート気分を味わいながらポリューム満点のランチバイキング。少し食べ過ぎてしまい、予定より長

南国気分

くレストランで一休み。次の目的地の「千葉市花の美術館」へ。屋内の展示室では季節を先取りした花々を鑑賞。途中、ハロウインの飾りの前で記念撮影。温室に入ると熱帯・亜熱帯植物が生い茂り、またまた南国気分。動物が出てきそうな怪しい雰囲気の中、ちよつとスリルを味わう。
南国気分満喫の一日でした。(山崎康)



指かじかむ風の中、一足早い春を求めてイチゴ狩りへと出掛けて来ました。ハウスに入った途端、鼻をくすぐる甘い香りに皆うっとり。お皿を渡されると、もう笑みは止まらず、足どり軽く、赤く大きなイチゴを指して棚の間へ。練乳をつけたり、素のまま一口で頬張ってみたりと皆思い思い味わっては「ウーン♡」と甘美な甘酸っぱさに酔いしれるのでした。その後は、ポコッとなったお腹(甘い物は別腹だよね)を抱えつつも、市原の新名所ユニモにてポリューム満点のハンバークを昼食に摂り、残った時間で男女別れてショッピング。服や鞆、家族へのお土産を買い求め、身も心も充実した、楽しい一日を無事終えました。(鈴木佳)

別腹だよね♡

第2回千手会新年会



去る1月11日、第2回千手会新年会が行われました。新年会といえば「お餅」。会場前のコミュニケーションセンターで、寒さを吹っ飛ばすかのように杵で餅をつきます。一人で杵を振るう人、職員と一緒に杵を持って餅をつく人、一生懸命ついたお餅は、きな粉や辛味など、より一層美味しくなっご来場の皆様に振舞われました。

新年会のもう一つの醍醐味といえばアトラクション。今年はラ・ルミエールによる影絵の上映が行われました。規模の大きな影絵に大きな拍手が上がっていました。続いで職員アトラクションは、千手会のピリ隊長率いるブートキャンプ。痩せられそうに痩せられない千手会のブートキャンプは好評のうち幕を下ろしました。

さて、ご来場の皆様の目が輝く抽選会。今年もデジタルカメラ、フットスパなど豪華賞品が目白押し。惜しげもなく商品を放り出す千手会は太っ腹ですね。

今年も好評のうち終了しました千手会新年会ですが、来年度も引き続きごひき下さい。(山中)

おしながき

きな粉餅
あんこ餅
いそべ餅
辛味・納豆餅
唐揚げ
焼きそば
デザート
飲み物

本日のプログラム

11:30 オープニング
11:50 食事開始
12:30 アトラクション【影絵・ラ・ルミエール】
13:15 【職員アトラクション】
13:30 【お年玉抽選会】
14:00 エンディング
14:15 終了



行事予定

- 3月**
 - 7日 ニード別外出(花見)
 - 18～19日 ボランティア講座
 - 28日 ニード別外出(花見)
 - 31日 平成19年度終わりの会
- 4月**
 - 1日 平成20年度始まりの会
 - 5日 ハイキング(花見会)
- 5月**
 - 9日 ニード別外出(鉄道博物館)
 - 23日 ニード別外出(ハイキング・バーベキュー)
 - 31日 個別外出(未定)
- 6月**
 - 6日 ニード別外出(ディズニーリゾート)
 - 19日 個別外出(未定)
 - 27日 ニード別外出(グルメ・温泉)

⊕: さくら千手園 ⊖: 木の宮学園 ⊗: 南部よもぎの園
 ⊙: ケアホーム山桜 ⊛: 佐倉市さくらんぼ園



さくら千手園作業指導員
永野 尚子

ようこそ！お願いします

「ご寄付に感謝いたします」
 * 佐倉市社会福祉協議会様
 * 佐藤習字教室様
 * 千手会新年会にご支援・ご参加
 いただきました皆様、御礼申し上げます。
 * 虹の会バザーにご支援・ご参加
 いただきました皆様、御礼申し上げます。



木の宮学園作業指導員
寺田 愛

11月から木の宮学園で働いています。

私は立川市在住時に視覚障害者ボランティアの体験を決起として、これまで地道ながらボランティアを続けてきました。最近では障害児放課後支援活動で貴重な経験を積みましたが、この度、縁あってさくら千手園で働く事になりました。
 2月に、入ったばかりで至らない私ですが、スタッフの指導と利用者の方々の笑顔に助けられています。



さくら千手園事務員
石神真由美

事務の愉快な仲間達と一緒に仕事

この度内郷地区社協の方の紹介により南部よもぎの園にお世話になる事となりました、利用者の皆さんの作業は真剣で早く又、明るいユーモアのある楽しい作業場だと感動しました。私は未熟で利用者の名前・作業手順・園内の環境等覚えることで毎日精一杯ですが迷惑をかけることも多いですが頑張ろうと思っていますのでよろしくお願ひします。



南部よもぎの園職業指導員
秋山 勝司

ます。日々学ぶことばかりで沢山のことを教わっています。
 趣味は読書と音楽です。苦手なものはトマトと機械とスポーツです。不得意なものの方が多いですが頑張ることと楽しむことが大好きです。及ばない事が多いとは思いますが、これからよろしくお願ひ致します。

編集後記
 社会福祉制度が色々と改正されていく中で、千手会でも新体系へと移行する準備が進んでいます。利用者を取りまく環境がめまぐるしく変化をしていく中で、私たちは今後も変わらず今の支援や利用者への配慮の気持ち、又、向き合っていく姿勢を大切にしていきたいものです。
 (榎田)

お世話になりました
 飯田 久子 (さくら千手園)
 市川 ゆり (木の宮学園)
 保川 裕美 (木の宮学園)
 熊谷 数宣 (南部よもぎの園)

おめでとうございます
 ☆成人
 井原由美子さん(さくら千手園)
 外西 真衣さん(木の宮学園)
 菅原 力哉さん(木の宮学園)