

# ひだまり

目次	
散歩道	1
さくら千手園 千手園日記	2
木の宮学園 木の宮日記	3
山 桜 クリスマス会	4
地域生活支援センター レインボー レインボー企画	4
南部よもぎの園 さわやか芸能発表会	5
佐倉市さくらんぼ園 クリスマス会	6
就学を祝う会	6
さくら福寿苑 クリスマス会	7
節分会	7
新年会	8・9
情報フラッシュ	10



㊤・㊦さわやか芸能発表会 ㊧福祉ライブカフェ

## 散歩道

昨年12月4日、千葉県知的障害者福祉協会主催の第27回さわやか芸能発表会にて、念願の最優秀賞を頂くことができました。出場3度目にして、やっと大きな優勝カップを手にすることができました。

楽しむ事を目的に音楽活動を毎月1回実施しています。楽器の練習を音楽療法士の穴戸先生に、ダンスを内山先生にご指導いただきながら、1年間コツコツと練習を重ね、同じ曲を繰り返し根気よく頑張ってきた成果を見事発揮する事ができました。その甲斐あってか、京成ホテルミラマールでの福祉ライブカフェや佐倉市役所での民生児童委員協議会等、数件の出演依頼を頂きました。数年前に練習していたダンスをアンコール曲として準備して披露させて頂きましたが、利用者の皆さんは緊張するどころかとても楽しそうに、まるでアイドルになったかのように誇らしげでした。皆さんの底力を改めて実感しました。頑張った成果を沢山の人が認めてもらうということは、とても大きな活力になるんですね。

スケジュールは空いております。皆様からのオフア一、お待ちしております。





平成最後のクリスマスマス会という事で、今回は奮発してとびきりかわいいケーキを用意しました。サンタクロースとトナカイの形をしたケーキです。食堂内はクリスマスマスの飾りで彩られ、クリスマスソングも流れていてクリスマスムード満点です。利用者の方々には好きなケーキの前に座り、サンタクロースの帽子やトナ

指定障害者支援施設(生活介護・施設入所支援)

# さくら千手園

## ハッピーメモリークリスマス

カイのカチューシャを身に付けて、『召し上がれ』の言葉を今か今かと待っています。全員が揃ったところで声を掛けると、皆さん美味しそうにケーキを食べていました。

そしていよいよお待ちかねのサンタクロースとトナカイの登場です。1人1人にプレゼントのお菓子が配られました。サンタクロースの登壇に満面の笑みを浮かべて喜ぶ方や、サンタクロースに髭を貸してもらいサンタクロースに変装する方もいらつしました。

やはり幾つになってもクリスマスというのはワクワクするものですね。幼い頃、欲しい物を手紙に書き、枕の下に忍ばせて期待に胸を膨らませて朝になるのを待っていたのを思い出します。来年も再来年も、この先もずっと、皆で一緒に楽しいクリスマススを過ごしたいと思う今日この頃です。

ハッピーメモリークリスマス！

(高橋)

## 節分

「鬼は外。福は内。」  
さてさて、今日は「みんなが健康で過ごせますように」と願いを込めながら、鬼に豆をまくことで悪いものを追い出す日です。

イベント開始時間になり、さくら千手園の食堂にて利用者VS風船鬼と職員鬼との対決の火ぶたが切って落とされました。食堂に入った順に豆の入った紙コップを手渡すと、「鬼はどこだ。福は内。豆をぶつけるぞ。」と、どちらが鬼か分からない形相をしながら勢い良く風船鬼へ豆をまいています。始まりからほんの数秒で床には足の踏み場がないほどの豆で覆い尽くされました。5分が経過し、配った豆がまき尽くされかけた頃合いで、鬼に扮する赤鬼と青鬼の職員が登場します。「悪い子はいねーだか。」と、気合の入った声と雰囲気を利用者のテンションは再加熱し



ています。「福。うち。うわ。」、利用者だけでなく、職員も無我夢中で、もうしっちゃかめっちゃか楽しんでやっています。最後は、「イタタタ、もう勘弁して。」と鬼の気持ちも折れた所で。2019年、今年も健康に過ごせますようにと願いを込めて。

(野口)





指定生活介護事業所

# 木の宮学園

ミニイベント

## 忘年会



平成最後の忘年会は「ボウリング大会」を実施しました！ゲームの順位によって、お茶会のケーキや景品のお菓子の内容が変わると聞いて、皆一気に真剣モードです。チームごとに分かれて負けられない戦いが始まりました！スロープを使用して球を転がしますが、これがなかなか難しい…ピンまで球が転がらない。ゆっくり転がりすぎてピンに当たっても倒れない。勢いよく投げすぎて隣のレーンに球が飛んでいく。1本も倒れていないからとこっそり2投目を投げようとする悪いチームがいたり…なかなか良い勝負です。ピンが倒れた！ストライク！となると、チーム皆で大盛り上がり！球が壁に跳ね返ってピンが倒れる、なんてミラクルも！掛け声や歓声が飛び交い、賑やかな忘年会となりました。気になる順位は昼食後の発表ですが：順位に関係なく皆で美味しいケーキを食べることができました！

(市瀬)



### 外食企画

### 焼肉



土曜日課の外食企画にて、印西にある『焼肉や漫遊亭』へ。お昼までは、腹空かしにお散歩への予定が、本日極寒にてホール棟でボールやパズルで遊んでから出発！ビビンバやチゲとお肉のセットもありましたが、皆、肉！肉！と言わんばかりにお肉だけのセットを選び、レギュラーサイズではお肉少な目の為、量が1.5倍のビッグサイズにしました。生のお肉を食べそうな勢いで、焼けるのを待っていました。焼けたお肉は、写真を撮る間もなく口の中に消え、お皿のお肉も消えてなくなりました。ご飯とお肉のペース配分を間違えたようで、ご飯が残ってしまう方もいました。寂しげに焼肉のたれを見つめている姿に美味しかったのだなとほっこりした気持ちになりました。食後は、のんびりドライブしつつ学園へ。気づけば皆、眠っていました。満腹で居眠り、至福の時間ですね！

(杉山)

### お皿いっぱい？

### 北海道



行ってきました。今回のニード別外出は『バイキング』です。目的地は成田空港の近くにある「ANAクラウンプラザホテル成田」です。前日降った雪が残る中いざ出発です。目指すバイキングは、北海道グルメです。車の中では、北海道グルメを読み上げ、「ハンバーグ食べたい人？」、「ローストビーフ食べたい人？」、「ステーキ食べたい人？」とみんなが手を挙げて大盛り上がりです。少し渋滞はありましたが無事に到着です。お皿を持って待ちに待った北海道グルメをいただきます。ハンバーグ、ローストビーフ、鮭のちゃんちゃん焼きなどたくさん食べました。「おかわり行く？」「うん」限界まで食べてきました。もちろんデザートもたっぷり食べてきましたよ。「美味しかった」「自分でラーメンを作ったよ」「どれも美味しかった」などなど、みんなお腹いっぱいです。帰りに成田山でお参りもできて大満足な一日でした。

(寺地)

指定共同生活援助事業所



### クリスマス会

12月23日、少し早いクリスマス会が山桜にて行われました。玄関からリビングに続くドアを開けると綺麗に飾られたクリスマスツリーがキラキラと輝き、気分は早くもクリスマス！席に着くと次々と御馳走が運ばれてきます。利用者の皆さんは釘付け。美味しい食事を楽しんでいると余興が始まり、三味線を抱えた格好良い姿の利用者が！日頃の練習の成果を存分に発揮し、その音色に目を閉じ、聞き入っているご家族もいました。余興一番手でハードルがグンと上がり、この後披露する職員はドキドキ。職員の余興では利用者、ご家族が拍手や笑い声で盛り上げてくださり、ホッと一息……。失敗も笑いに変えて皆で楽しめました。ご家族からもトラペットで素敵な演奏のプレゼント。幸せな気分のまま時間が流れていきます。そして、最後には皆さんお待ちかねの大抽選

会！景品の内容が発表される度に「おー」と声が上がります。利用者から順番にくじを引いている方もいれば、自身のご家族と景品の交換をして満足そうにしている方もいました。最後まで笑いの絶えない楽しいクリスマス会となりました。

(近藤)



指定相談支援事業所



### レインボー企画 ビール工場

12月16日取手にあるキリンビールの工場見学に行ってきました。今回はVR(バーチャルリアリティ)といって、ゴーグルのようなものをつけ、ビールの気持ちになり、工場の工程を視覚的に疑似体験することもでき、わあ、面白いと手を伸ばしている方もいました。最後は楽しみにしていた試飲です。各々ビールやソフトドリンクを選び、みんなで乾杯。その後はレストランで美味しい食事をいただき、ちよつと足をのばしてお芋のお土産も買いに行きました。



### レインボー企画 いちご狩り

2月24日毎年恒例となった苺狩りに山武市まで行ってきました。とても大きな苺で、甘いね、大きいねと苺をおなかいっぱい堪能しました。近くの道の駅に寄り、海水ねぎを買った方が多数いたので、バスの中は苺とねぎの香りに包まれました。近くの食堂で昼食。ご飯やジュースをおかわりしてまたお腹いっぱい。帰り道ではじゃんけん大会で、お土産をゲット。グルメ企画は大人気です。

(佐藤い)







平成最後の「第27回さわやか芸能発表会」が平成30年12月4日（火）に行われました。南部よもぎの園では毎月1回音楽療法士の宍戸先生の音楽教室に参加しています。今回のさわやか芸能発表会に向けて2年間指導して頂きました。合奏の曲は「日本むかしばなし」です。ピアノ、太鼓、タンバリン、リコーダー等の楽器を選びパートに分かれて練習しました。パート練習では上手くいっていったものが、合わさると曲にならなかつたりしますが、皆さん昼休みの時間に個人練習をしたりと頑張っている姿が見られました。ダンスの振り付けは、宍戸先生のさくら組さんでダンスの振り付けをしている内山先生がWANAIMAの「やってみよう」のダンスを考えて指導して頂きました。皆さん覚えるのに必死で、休憩時間もそれほどらずに覚えられました。今回3回目の参加です。もちろん優勝を目指しての参加です。全力を尽くした8分間の発表が終わると客席から大きな拍手・歓声があり、皆さん

んの顔もやりきった表情です。後は結果を待つばかり、不安そうな表情から、最後に名前を呼ばれると、「やったー」の声と共に泣きじゃくる顔、ハイタッチをする方、皆思い思いに優勝の喜びを表現していました。大きなトロフィーを見ては、笑顔・笑顔。何度も繰り返し練習



すること、めげてしまうのではないかと心配しましたが、「人にあわせる」という難しい課題を乗り越え目標に向かい努力したからこそその結果だと思えます。一つの事を長い期間やり遂げたことは今後の作業でも生かしてもらえらると思います。

(小松)

指定福祉型児童発達支援センター

# 佐倉市さくらんぼ園

指定管理者社会福祉法人千手会

## クリスマス会

さくらんぼ園では12月22日に、毎年みんなが楽しみにしているクリスマス会が行われました。総勢218名の方が参加して下さい、とても賑やかで素敵な笑顔あふれる1日になりました。

第1部では、今年は千葉敬愛短期大学軽音楽部の皆さんによるクリスマスコンサートを開催！きよしこの夜から始まり、色々な曲を聴いたり、みんなで楽器を持ってあわてんぼうのサンタクロースを音楽に合わせて演奏を楽しみました。



第2部では、キャンドルサービスの火のキャンドルの炎を見ながら、会場は厳かな雰囲気になりました。

そして、いよいよサンタさんの登場！サンタさんからプレゼントを1人ひとりに手渡してもらうとドキドキしていた子どももみんな笑顔になり、会場が素敵な笑顔に包まれました。たくさんの方に参加して頂き、今年最後の行事を楽しく過ごす事ができました。(今関)

## 就学を祝う会

暖かな日差しが部屋いっぱいになり、差し込む日に『就学を祝う会』を行いました。

第一部は職員による出し物です。今年『グリーンマントのピーマンマン』の絵本を題材にしました。苦手な野菜ランキングには必ず入るピーマン。そんな嫌われ者のピーマンがバイキンたちから子どもたちを守るという内容です。バイキンとのクイズ対決！やパプリカの曲に合わせて出演者全員でダンス等、盛りだくさんの内容に終始、子どもたちは目を輝かせて見ていました。



第2部はメインイベントの『賞証授与』です。当園での様々な出来事、保護者の思い、保育士からのエール等たくさんの思いを込めた賞証を就学児1人ひとりに贈ります。これまでの道のりを振り返り、そして、成長した子どもたちの姿に保護者や保育士の目には熱いものが込みあげてきました。

今年31名の子どもたちが就学しました。4月から新しい環境になっても笑顔が咲きほころぶ楽しい日々が多くなるのを心から願っています。(安井)



地域密着型特別養護老人ホーム

# さくら福寿苑

## クリスマス会



いくつになっても待ち遠しく楽しみな1日：それがクリスマス。12月25日(火)、さくら福寿苑でクリスマス会を行いました。

職員によるハンドベルの演奏では、曲に合わせて手拍子をされる方、歌っている方、真剣に聞いている方、ニコニコ笑顔の方、いろいろな姿を見ることができました。ご利用者の方々もハンドベルを手に持ち一緒に演奏しました。初めてとは思えないほど上手に鳴らせる方もいらっしゃいました。



その後、クリスマスソングを合唱しました。福寿苑のみなさんは歌が大好きです。大きな声で歌ってくださいます。

歌い終わった頃、今年2人のサンタクロースがやってきてくれました。大きな袋の中から一人一人にプレゼントを手渡しします。受け取られた方々からは、「うれしい！」と子供のような笑顔が見られました。やっぱりプレゼントは皆さん嬉しいものですね。  
おいしいクリスマスメニューの夕食に皆さん笑顔です。この笑顔を来年もまた見ることができまますように。  
(眞崎)

## 節分会



昼食に巻き寿司が出るので、恵方巻きの話をすると、「恵方巻きにはどんな物が入っているの？」という質問をされる方もいました。

今回は女性スタッフが鬼のお面をつけて豆まきを行っています。女性ということもあって、ご利用者の皆さんは遠慮して豆を投げていました。また、インフルエンザが流行っていたので、「鬼は外」「福は内」「インフルエンザ外」という掛け声で豆まきを行い、節分会を楽しみました。

(石川佳)



2月3日、毎年恒例の節分会を開催しました。今年も、感染症予防対策の為、各ユニットにて節分会を行っていましたが、ご利用者の皆さんと楽しい一時を過ごす事ができました。いつもとは違う皆さんの笑顔を見ることができ、とても嬉しく思いました。  
節分行事に関する話で柀の枝に鯛の頭を刺したものを作り、邪気(鬼)を追い払うと言う話をすると、思いだされたように頷く姿も見られました。

# 木の宮学園

今年の新年会、木の宮学園の各グループが協力して開催しました。創作グループが会場装飾でホール壁面に大きな富士山とだるまと猪を飾れば、音楽グループは合唱&合奏で会場を盛り上げます。運動グループは？そう、会場となったホール棟の掃除です。みんなで『雑巾がけレース』をして床をピカピカにしてくれました！となれば、職員も負けてはいられません。女性職員ユニット『年増園』のダンシングヒーローを筆頭に、『純烈』『いきものがかり』『イモドリオ』と盛り上げます。さらに、今年は成人の方がいなかったたので、『だいたい成人の頃の職員』の写真と利用者の写真を使って抽選会。「あれは誰？」「若くい」「変わらなね」の声に混じって、家族からは「来年は私の写真も使って」という声も聞かれ、大いに楽しんでもらえたようでした。『今年も楽しい1年になりますように。』（新井大）



# さくら千手園

平成31年1月19日、さくら千手園では新年会を実施しました。今年のイベントは利用者によるカラオケ大会を行いました。歌われる方、ダンスを踊る方、2人で一緒に歌ったり仮面ライダーの曲に合わせて変身ポーズを真似たりと楽しそうにしていました。利用者の方が参加する催しだった為か皆さんの



# 山桜

「そろそろ良いかな。」  
「まだ早いよ。」  
「だって焦げちゃうよ。」  
「まだ赤い所があるでしょ。」  
と利用者同士の会話の様子です。今年の山桜の新年会は、食べ放題の焼肉店での、豪華な夕食となりました。利用者スタッフ全員での外食となりましたが、皆で食べる食事は会話も盛り上がり、格別なものとなりました。  
「今年の抱負は何ですか。」  
「お肉が焦げちゃうから後でね。」



と、食べることも、焼くことに忙しくなってしまう。いよいよ焼き上がり1口食べると、「来て良かった。美味しいよ。」ととても嬉しそうにしていました。  
「ねえ聞いてよ。あそこ見て。」  
「ケーキとアイスもあるね。」  
「お肉を食べたらデザートだね。」  
と、楽しい90分はあっという間に過ぎていったのでした。  
「皆さん今年の抱負は何ですか。」  
「お腹一杯だから帰ってからね。」  
今年の抱負は謎に包まれたままとなったのでした。（金川）





1月26日に新年会を行いました。場所は南部地域福祉センターA棟の大広間です。とても広い会場のテーブルの上には、それぞれの選んだお弁当。更に、大きいテレビの隣にはカラオケのモニターとマイクが既にセットされています。

目の前のお弁当を平らげてから、お待ちかねのカラオケタイムが始まります。何を唄うか本を見ながら決めていきます。会場にあるカラオケディスプレイは昭和の歌から平成初期のものでしたが皆さん、その本から探して決めていました。

Yさんは生まれる2年前の曲、永井真理子さんの「ミラクルガール」を唄い、男性Nさんは5歳の頃に流行った、八神純子「水色の雨」を綺麗な高音で唄い聞かせてくれました。Jさんは石原裕次郎「北の旅人」渋い選曲もありました。

職員のリクエストに応えスマイルコンサートで披露した曲「トレイン・トレイン」を唄い、ダンスを披露し、楽しい時間を過ごしました。来年

# 南部よもぎの園



は元号が新しくなり、どんな新年会になるかお楽しみに。(山本奈)



弾けるような笑顔を見る事ができ、私達もとても幸せな気持ちになりました。カラオケ大会の合間に絵馬に書いた今年の抱負を読んで



もらった映像を上映しました。「美味しいものを食べたい」、「活動を頑張る」等、十人十色な絵馬がありました。利用者の方に書いていただいた絵馬は、さくら千手園の廊下に飾り、絵馬を見て家族の皆さんは話に花を咲かせていました。

カラオケ大会が終わった後は皆が楽しみにしている食事の時間です。豪華なお弁当になっており、利用者の皆さんに喜んでいただけたと思います。

今年が皆さんにとって、良い年でありますように。(甲田)

平成最後の新年会を行いました。今年はいのしし「年」と言うことで1部の職員の出し物は、いのししの子ども「うりぼう」が楽しい事を探して旅をし、傘回し・どじょう掬い・2人羽織そしてダンスを体験して行く劇を行いました。ダンスは、昨年大ヒットしたUSAを老体?にムチ打って踊りました。日頃の運動不足が、踊った職員の筋肉痛は当然の結果でした。2部は音和太鼓の方々による太鼓演奏です。先ずは獅子舞。獅子に噛まれると良い

# 佐倉市さくらんぼ園



事があると言われ、毎年楽しみにされている方が沢山います。「頭噛まれたよ」と嬉しそうに報告をしてくれる子どもたちもいました。しかし初めて獅子に出会った子たちは、さあ大変!泣き叫んでしまいうもいました。曲打ちは、ダンシングヒーロー・USAの2曲でした。太鼓の音・そして打つ姿にぐざり付けになっていました。最後に恒例となったお菓子撒き、幸せのおすそ分けをこっけさんに頂き、会は終了。今年も元気に楽しい1年になりますようにと願いながら。(宮垣)



「寄付」に感謝いたします

\* 鎌ヶ谷市社会福祉協議会様  
\* 佐倉ライオンズクラブ様  
\* 木の宮学園「虹の会」様

\* 千葉県共同募金様  
さくら千手園に配分金を得て

「車椅子 3台」  
「掃除機 5台」

を寄贈いただきました。  
千葉県共同募金会及びご寄付を頂きました皆様に、謹んで感謝の意を表します。



イベントスケジュール

3月

3日 ひなまつり

21日 就学を祝う会

4月

1、3、4日 花見外出

6～14日 佐倉チューリップフェスタ販売

5月

17日 ニード別外出 (国営ひたち海浜公園)

17日 遠足 (ファンタジーキッズリゾート)

6月

14日 ニード別外出 (バイキング)

19日 日帰りバス旅行

千手会フェスタ2019  
令和元年10月5日(土)開催予定

⊕: さくら千手園 ⊖: 木の宮学園 ⊕: 南部よもぎの園 ⊕: 山桜  
⊙: 佐倉市さくらんぼ園 ⊖: レインボー ⊕: さくら福寿苑

よろしく願います

- ① 趣味 ② 特技 ③ 出身地  
④ マイブーム ⑤ 好きな有名人



さくら千手園  
生活支援員  
鈴木 敏雄

- ① キャンプ  
② サイクリング  
③ 東京都(下谷)  
④ 孫と遊ぶこと  
⑤ ローリング・ストーンズ

お世話になりました

- ① 旅行、キャンプ、道の駅巡り  
② 球技類 (特にソフトボール)  
③ 千葉県佐倉市  
④ フルーツ狩り  
⑤ 特になし



さくら福寿苑  
介護職員  
梅沢 直美

編集後記

新元号が「令和」に決まりました。とても優しい響きがあります。「二人ひとりの日本人が、それぞれの花を大きく咲かせることができる。そうした日本でありたい」という願いが込められているそうです。

「平成」はどんな時代だったのでしょうか? 大きな災害やテロに見舞われ、少子高齢化が進み、世界がものすごいスピードで変化した時代。あちこちで改革が叫ばれた時代でした。  
「令和」の時代は、夢や希望を持ち、それぞれ思う存分活躍できる時代。そして何より、穏やかに優しさに満ちた日本でありますようにと願うばかりです。(松本)