

# ひだまり

hidamari

第86号

- 1 散歩道
- 2 さくら千手園  
復活!! 7年ぶりの個別外出
- 3 木の宮学園  
いざ! 出航! / ミニイベントスポーツ大会
- 4 山桜  
何が一番楽しかった?
- 4 地域生活支援センター レインボー

- 5 南部よもぎの園  
渾身の一投!
- 6 佐倉市さくらんぼ園  
ファミレク
- 7 さくら福寿苑  
納涼祭/敬老会
- 8 千手会フェスタ 2025
- 10 情報フラッシュ



【夜間訓練】

【避難所 HUG】



## ～散歩道～

さくら千手園では、10月10日を防災の日と位置づけ、終日防災訓練を実施しました。訓練内容は志津消防署員の方々による普通救命講習、佐倉市危機管理課による防災演習『避難所HUG』その後は、佐倉防災による消火器の取扱い及び訓練用水消火器を使用した模擬消火訓練やスプリンクラー及び補助散水栓の実演と訓練を実施しました。さらに、夜間避難訓練においては、志津消防署をはじめ、地域の消防団の方々にも多数参加いただく中で、実践さながらの避難訓練を実施しました。今年で夜間避難訓練は38回目(雨天で中止となったものも含む)となり、年齢と共に避難に要する時間もかかるようになりましたが、長年にわたり訓練を重ねていることで、落ち着いた行動が身についていると感じています。今後も地域との関係を大切にしながら、有事に備えていきたいと思っています。

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

復活!! 7年ぶりの個別外出

山梨



お腹いっぱい!! 精進湖で少し歩いて景色も良くて気持ちよかったです。

茨城県つくば市  
ウエストハウス

こんなに大きいパフェ、たべさるのかな…?

千葉県勝浦



帰り途中に立ち寄った道の駅とても美味しいソフトクリームに満足です!!

茨城県  
大洗海鮮



新鮮な海鮮丼や大きなエビフライ定食などを食べ、皆さん満腹な様子でした。

千葉県  
鴨川シーワールド



たくさんのお魚や海の動物達がいるよね。向こうには何がいるかな?



次はイルカのショーが観たいな!

埼玉県  
鉄道博物館



お気に入りの車両を見付けました。



引退したレトロな客車でタイムスリップ







## 木の宮学園

## いざ！出航！

「出発！」ワゴン車の中から  
楽しげな声が聞こえてきます。  
本日はニード別外出『ランチク  
ルージング』です。

学園を出発し、首都高を通り、  
日の出ふ頭へ到着です。大きな  
クルーズ船を見て皆さんの気分  
も最高潮！

乗船時刻になり、入口に着く  
と乗船員の方々から温かい歓迎  
を受けながら乗船です。

いざ、出航！メニューの紹介  
を聞き、美味しそうな料理を前



に目を輝かせています。それぞ  
れサラダやパスタ、お肉料理等  
をお皿に盛り、席に着きます。「い  
ただきます！」の号令後、あつ  
という間に完食です。「まだ、食  
べたい！」と言わんばかりに職  
員に目を向けており、おかわり  
とデザートも楽しみました。

食後はデッキに上がり、潮風  
を浴びながらレインボーブリッ  
ジを潜り抜け、クルージングが  
終了しました。

下船後は集合写真を撮り、惜  
しみながら帰路につきました。

(西谷)

ミニ  
イベント

## スポーツ大会



ミニイベント『スポーツ大会』  
ではボランテニア講座、佐倉市社  
会福祉協議会からのボランティ  
アさんに参加して頂きました。

競技は球入れ競争、スイカ割  
り、キッチンペーパーの芯を  
使った筒移動競争、借り物競争  
を行いました。

球入れ競争では、前日ボラン  
テニアさんと作った蛇の形の箱  
を使い、初戦は白組が勝利。最  
終戦前に「白組優勢!!」とアナ  
ウンスすると利用者さん、ボラ  
ンテニアさん、職員のスイッチ  
が入り怒涛の紅組の追い上げ!!  
なんと百個以上の差をつけて勝  
利し、1勝1敗の引き分けとな

り、白熱した勝負になりました。  
スイカ割りでは、目隠しをし  
て恐る恐る進む利用者さんに  
「前!!」「後ろ!!」「横だよ!!」と  
紅組白組それぞれ一体となり声  
援を送り、一喜一憂しながら見  
守っていました。熱の入った応  
援で徐々にスイカを捕え、最後  
に綺麗に割れた瞬間、会場全体  
が一体となり、「おおー!!」と大  
きな歓声が湧き上がりました。  
昼食は、厨房お手製のおにぎり、  
唐揚げ、卵焼き、ウインナーな  
ど運動会のお弁当メニューを提  
供し、利用者さんから「懐かし  
い!!」「美味しい!!」と声があ  
がっていました。

(鈴木)



指定共同生活援助事業所

山

桜

## 何が一番楽しかった？

10月19日から一泊二日で、千葉の鴨川まで旅行に行つて来ました。温泉と食事、メイソイベントは鯛の浦の遊覧船でした。あいにくの天気でしたが、皆で元気に楽しむことができました。

さて、帰りの車内で利用者の皆さんに「何が一番楽しかったですか。」と聞いてみると、女性と男性でしっかりと分かれていました。女性には、体験した『キーホルダー作り』でした。色々な色のガラスを使って針金の枠にはめ



ていき、はんだごてで接着します。色とりどりのガラスをはめる作業が大変でした。出来上がったキーホルダーは、どこに付けるのかな？

さて、男性はというと：なんと、夕飯で食べた美味しいバイキングよりも、夜食に食べたラーメンだそうですね！だからバイキングも、少し量が少なかったのですね。餃子も一緒に食べた方もいて、大満足だったそうです。旅の思い出はそれぞれです。最後に笑顔が見られたので、私達支援員も笑顔になることができました。

(山中)



山桜／佐倉市青菅 1049 ☎043-462-2008 ✉sakurasenjuen@deluxe.ocn.ne.jp (さくら千手園)

指定相談支援事業所

地域生活  
支援センター

レインボー

8月10日、レインボー企画にて幕張メッセで行われた「夏のさつまいも博2025」に行つて来ました。天候も悪かったので、混雑しているとは予想していませんでしたが、会場は「さつまいも嫌いな人進入禁止」と書いてあるように、芋好きの人々で大賑わいでした。24の様々な店舗の前にはどこも行列ができています。さてどこに並びましょう。：。「いも天が食べたい」「私はスイーツ系」「僕は焼き芋が買いたいです」それぞれのリクエストに答え、行列に並びました。揚げたてのいも天にバナナアイス、ねっとりしたお芋のスティック、どれも美味しかったです。お土産に芋けんぴなどを買い、会場を出ました。

皆様のお腹のすき具合で、お昼は何にしましょうかと相談。お芋を食べた後でも「肉が食べたい」「ラーメンがいい」「味噌バターラーメン」ということでラーメン屋に行くことにしました。店では近況を話しながら、楽しく食事をしました。

随分時間が余ってしまったので、もう一カ所どこかへ行きました。もう一つのこと、今年2月にオープンした「ボタニカミュージアム」(花の美術館)へ行きました。そこではひたすら写真を撮って過ごしました。レインボーにもどり、お土産に買ったさつまいもプリンを食べて、大満足。美味しい食べ物企画は人気。また美味しいものを食べに行きましょう！

(佐藤)



レインボー／佐倉市青菅 1051 ☎043-463-1128 ✉s-rainbow@smile.ocn.ne.jp





## 南部よもぎの園

指定管理者社会福祉法人千手会

## 渾身の一投!

「あー、惜しい!」  
「狙いは良いですよ!」

これまでの練習の成果を思う存分発揮するために、千葉県障害者フライングディスク大会に参加してきました。当日は、気持ちの良い秋晴れとなり、会場では多くの選手の皆さんが参加されていました。競技会場に到着するまでは、「準備万端!私に任せて!」パーフェクトを狙う!と、自信満々な様子でしたが、会場内の参加者の多さを見ると圧倒されてしまい、気分は一気に緊張モードになってしまいました。しかし、そこに大会スタッフから準備体操のお誘いがあり、体操をしていく内に気分もリラックスでき、とても気持ちの良い一時となりました。体操を終える頃には、皆の表情にも笑顔が戻り、自信を取り戻しているようでした。そして、いよいよ運命の時です。競技開

始位置に立ち、大会スタッフからフライングディスクを受け取ると、大きく深呼吸をしながらその先のアキュラシーゴールを見つめます。これまでの練習の成果と自分自身を信じての渾身の第一投…。

「入ったー!」  
「やったー!」

小さくも力のこもったガッツポーズや、大きく力の入ったガッツポーズを決めることができ、今年も最高のフライングディスク大会となりました。

(金川)





## ファミレク

# 佐倉市さくらんぼ園

指定福祉型児童発達支援センター活援助事業所

指定管理者社会福祉法人千手会

9月20日にファミレクを開催しました。今年は台風により延期になりましたが、たくさんのお親子に参加していただきました。内容は例年同様、ボウリング・ペットボトルシューター・お面作り・ヨーヨー釣り・お化け屋敷を行いました。また、木の宮学園のクッキー・ビーズアクセサリー等の販売や駄菓子屋さんでのお買い物も楽しめました。

今年のお化け屋敷は、美術館がテーマでした。真っ暗な部屋に様々な展示品があり、それが突然動き出すのです！真実の口に手を入れたら…と不安そうに抱っこを求める子・走って逃げる子・動く大男の彫刻に挨拶する子・本気でびっくりするお父さんやお母さん。様々な姿が見られて、大満足の展示品たちでした。

昨年に引き続き小中高生のボランティアの方に参加頂き、にぎやかで楽しい行事になったと思います。参加してくださった皆様、ありがとうございました。

(高橋沙)







## さくら福寿苑

## 納涼祭

7月9日(水)「納涼祭」を行いました。数週間前より装飾では、ポスター掲示や色鮮やかな提灯を天井からぶら提げていると「祭りだね」「色々な色があるね」と話があり納涼祭当日までわくわくな気持ちで過ごしていただきました。

納涼祭当日は皆様で楽しんでいただく為に祭りの音楽を聴きながらバイキング形式の昼食で、厨房職員に焼きそば・フラ

ンクフルト・チョコバナナ・かき氷・わたあめを作っていたいただきました。「美味しいね」「お代わり下さい」「もうお腹いっぱい。」と笑顔で召し上がっていただきました。

午後からは職員お手製の射的ゲームを行いました。目を細め狙いを定め構えている姿は射撃オリンピック選手顔負けでした。夕食後に玄関前で手持ち花火と打ち上げ花火を行いました。手持ち花火を見て「怖い。怖い。」と手に持つ事が難しい姿や打ち上げ花火を見上げて「綺麗だね」「もう終わっちゃったよ。」と笑顔で楽しむ様子が見られ夏の風物詩を体験していただく事ができました。

今年の夏は、さくら福寿苑として最後の夏であり、皆様の思い出になればと思います。

(斎川)

## 敬老会

さくら福寿苑では、9月15日(祝)に『敬老会』を開催しました。

今年の敬老会では長寿の対象となるご利用者はいませんでした。日ごろの感謝を込めておもてなしをさせていただきました。

昼食は筍ご飯や天ぷら等、季節の食材を使用した手作りのお弁当で敬老会のお祝いをしました。ご利用者からは「今日はとても豪華ね」「天ぷらが美味しかった。」と大変喜んでいただきました。

午後には皆様に楽しい時間を過ごしていただく為、催し物として介護職員によるクラリネットとハーモニカの演奏を披露しました。職員の拙い演奏ではありますが、

したが、皆様温かく見守って下さいました。また、知っている曲の際には皆様一緒に歌ったり、鈴を鳴らして下さるなど各々楽しんでいらる様子でした。

演奏会の後はクラリネットの演奏をBGMに皆様で水まんじゅうとおかきを食べ、和やかで楽しいひと時となりました。

(中井)







開会  
宣言！



本日の司会進行  
おまかせあれ！

オープニングイベント  
は会場に入れない程の  
大盛況！



ゲリライベント！  
じゃんけんでお菓子を  
勝ち取ろう！

# フェスタ

## 御協力いただいた皆様

### 個人ボランティア

近隣地域の皆様 45 名

### イベント

『佐倉市立井野中学校 吹奏楽部』

『大江戸助六流佐倉勇翔太鼓』

『絆ボンバーズ』

### 飲食店

『わたあめ』※個人ボランティア

『大阪焼き』(福)高柳福祉会たけのこ

### キッチンカー

『オーガニックカンパニー』

ポテト・たい焼き・

フランクフルトなど…

『Mother kitchen Masa』

台湾バーガー・豆花(とうふあ)・

マンゴーティー

『SPICE CHAMELEON』

チキンカレー・キーマカレー・

タンドリーチキンなど…







## 法人提供店舗

### 飲食店

『ラーメン』『コロッケ』『たこやき』『蜜芋ブリュレ』

### ゲームコーナー

『輪投げ』『缶積み』『ヨーヨー』『ボウリング』

### 作品販売

『木の宮学園』『南部よもぎの園』

いっぱい食べてお腹いっぱいになりました

ドキドキ  
抽選会

何が  
出るかな



特賞  
GET !

みんなで手拍子をし  
ながらリズムに乗っ  
ていて、楽しい一時  
を過ごせました

迫力のある演奏で思  
わず見入ってしまい  
ました



また来年  
お会いしましょう！







ご寄付に感謝いたします

▼千手会フェスタにご支援・ご参加いただきました皆様にお礼申し上げます。

▼南部よもぎの園家族会様

▼佐倉市社会福祉協議会様

▼木の宮学園「虹の会」様

▼65型テレビ&スタンド2セット

▼3人掛けソファ2脚

祝 県大会出場決定

第30回施設職員交流

バレーボール大会

成田地区予選開催報告！



先日、8月30日（土）、富里市社会体育館にて、恒例の第30回施設職員交流バレーボール大会成田地区予選が盛大に開催されました。和やかな雰囲気の中にも、ボールを迫りかける真剣な眼差し、ナイスプレーが飛び出した際の歓声と拍手が響き渡り、会場は終始活気に満ち溢れていました。

そして熱戦の結果、予選第3位に入賞し、県大会への出場権を獲得いたしました！県大会でも活躍できるように練習に励みます。

よろしくおねがいします

①趣味 ②特技 ③出身地  
④マイブーム ⑤好きな有名人

▼荒木 奈々（さくら福寿苑・管理栄養士）



①スポーツ観戦、東海オンエア②バスケット③千葉④人間観察⑤ジョニー・デップ

▼森 文乃（レインボー）



①旅行、文筆②絵を描くこと③千葉県船橋市④羊肉料理⑤阿佐ヶ谷姉妹

▼室田 秀悟（南部よもぎの園）



①読書・ランニング②格闘技③石川県金沢市④バットイングセンター⑤Aimer

10月1日付け異動

▼北 祥吾（さくら福寿苑）

さくら千手園へ

▼小原由美子（さくら福寿苑）

さくら千手園へ

▼松本 啓子（さくら福寿苑）

木の宮学園へ

▼石渡 千恵（さくら福寿苑）

木の宮学園へ

▼梅澤 直美（さくら福寿苑）

木の宮学園へ

おめでとうございます

ご結婚

▼五木田知也（木の宮学園）

お世話になりました

▼行田 夕子（さくら千手園）

▼吉田 敏子（木の宮学園）

▼小坂橋靖博（さくら福寿苑）

▼三宮 美紀（さくら福寿苑）

▼小松 久恵（南部よもぎの園）

## 編集後記

11月15日、日本初のデフリンピック開催が東京で行われました。現状、日本は施設コンフリクトや障害差別がないとは言えないと思います。

デフリンピックを通じて、

障害に対する社会的な認識が変わりスポーツの枠だけではなく、日常生活でも障害理解の促進につながることや、多くの人々が障害者は身近にいるという意識が持てれば地域共生社会の実現につながるのではないかと思います。

これからさらに寒い季節になっていくと思いますので、風邪をひかないよう気を付けて過ごしてください。

（守屋）