

ハロー&ハロー

No.53

発行：社会福祉法人わかたけ

〒510-0961 三重県四日市市波木町1335-1

電話 059-321-4149 FAX059-321-4167

URL/<https://wakatake-mie.com>

2025年 3月 10日発行

みんなで一生懸命作りました



シュシュ、ミサンガ、コースター、キーホルダー、靴下の染色、紙すきの葉・・・仲間たちのクリエイティブなセンスから素敵なアクセサリやグッズがたくさんできました。可愛らしさを作り出す仕事に、仲間たちのひたむきな目がいっそう輝きます。

仲間たちが描いた絵をふだんに活かして今年の卓上カレンダーも素敵にできあがりしました。みんなで一生懸命作った製品をいろいろな販売先で多くの方にお買い求めいただきました。買っていただくたびに、仲間の嬉しそうなキラキラした笑顔が輝いていました。



わかたけ萩の里 2月のレクリエーション

焼き芋 & DVD 自由に過ごす仲間の姿は、「わかたけらしさ」

2月の畑グループのレクリエーションは「焼き芋&DVD鑑賞」でした。

内容としては焼き芋を行いながら、大根ハウス内ではDVD鑑賞を行うというものでした。またリサイクルグループで「焼き芋」を選択された方も合同で取り組み、ドラム缶を仲間と職員で囲んで賑やかに楽しみました。

「みんなで焼き芋がしたい」と以前から職員に話していた、ある仲間の声で実現しました。仲間の願いを叶えることが、こんなにも支援員として嬉しく、やりがいを実感できるものだと感じました。



広い畑の真ん中でドラム缶を中心に、それぞれ(仲間だけではなく職員も)が大根ハウスと外を行き来し、仲間たちが自由に、ありのままに集団の中で過ごして、言葉では言い表すことのできない「わかたけらしさ」をととても感じる事ができたレクリエーションだったと思います。

なかにはDVDを見ている仲間に「芋焼けたよ」と渡してあげている仲間もいたり、口の周りを焼きすぎた芋の炭で真っ黒にしなが、芋の皮を剥き合って、笑い合う場面は感慨深いものでした。

じゃがいもを栽培しているので、次は、みんなでじゃがバターをしてみたいと思います。(林)

選択レクリエーションで「カラオケ」に

2月のリサイクルグループのレクリエーションは「選択」がテーマでした。候補地の一つとして「カラオケBOX」へ行きました。日程が決まる前から「僕は〇〇を歌うからね〜!」「マイクは順番だよ!」という仲間同士の楽しそうな会話が聞こえてきました。

レクリエーション当日、意気揚々と車に乗り込み、お店へ行くと、普段の生活とは違う雰囲気を肌で感じているようで、少し緊張した面持ちでした。しかし、いざカラオケが始まるとそれぞれ自分の十八番の歌を歌い始め大変盛り上がりしました。

また、仲間のなかには歌うことはせずとも、映像や照明、ドリンクバーを堪能するなどそれぞれの楽しみ方も見られました。

これからも、ひとりひとりの仲間たちが、ワクワクした毎日をおくれるような活動づくりに努めていきたいと思います。(加藤)

らふかつと



雪の中での農作業。みんなの頑張り
でやり切りました。

雪の中の作業に 収穫祭で他の団体の方と交流

障害者団体などの交流の場として開設された「ふれあい農園」(四日市市赤水町)の管理は、らふかつとが四日市市から委託されています。らふかつとの仲間たちが、除草や生垣の剪定、建物の掃除などを行っています。

たまねぎの苗の植え付けも、今年は雪が積もり大変な作業になりましたが、収穫祭に向けて頑張っています。

コロナ禍を経て昨年からは収穫祭が行えるようになり、他の団体さんとの交流もできるようになってきました。

仲間たちも収穫祭に向けての「楽しみ」をモチベーションにして、作業に臨んでいます。大きなたまねぎができますように・・・！
(松永)

障害を持った我が子に助けられて

私は、昔からスポーツをやっていましたが、引っ越しがあって休み、久しぶりに始めた途端、手を骨折しギブスをしたので、突然何もできなくなり困っていると、「お母さんの仕事、私が手伝ってあげるよ」と言って、米をといたり、私をお風呂で洗ってくれたり、服を着せてくれたり、いろいろと世話をしてくれました。

4匹の猫を飼っているので、エサや水やり、トイレの掃除など世話を30分くらいかかってしまいますが、がんばってやってくれました。何もできないと思っていたのですが、びっくりするくらいいろいろなことをしてくれました。

私の手が治ってからも続けてくれています。本当にありがたかったです。前から思っていたのですが、この度はいろいろなことを教えられて、子供に感謝です。

私も年をとったので少し離れなければと思いつつ、もう少し一緒に暮らそうね、と思う今日この頃です。春が来たら少しずつホームでお世話になろうと思っ
て子供と話し合っています。その時は、よろしく願いいたします。

(わかたけ萩の里に通う A さんの母)

わかたけホーム

防災訓練

回を重ねることで、だんだんスムーズに

年 2 回、各ホームで防災訓練を行っています。ホームで地震や火事が起こったことを想定して、みんなで屋内から屋外へ避難する訓練をしています。実際に災害が起きていないので実感が湧かないのは承知の上ですが、それでもできる範囲で仲間たちは訓練に参加しています。

始めのころは、どうしても外に出ないといけないのか理解できずに部屋から出て来なかったり、いつもと違う行動を取るため不安定になる仲間もいましたが、回数を重ねることで、ほかの仲間の動きを見たり、職員の誘導が理解でき、今ではある程度スムーズに屋外まで避難をすることができるようになりました。 (西田)

らふかつとでの 20 年のあゆみ そして 将来に向けて

息子は、らふかつとが笹川に移転した年からお世話になっております。

あれから早いものでこの春で 20 年を迎えます。これを機に息子と一緒に A 型事業所や一般就労などで退所された仲間のことを思い出しながら、当時のことを振り返りました。

将来のことを考えて、マナーやルールを伝えながら

作業や生活を共にするなかで、楽しかった思い出や仲間とのトラブルで問題を起こしたり、いろいろなできごとがありました。また、家に帰ってからも、トラブルがあった時は、ときどきフラッシュバックを起こし、感情が押さえきれず、大声を出してパニックになり、夜中に飛び出し、落ち着くまでしばらく戻って来ないなど、突発的な行動に悩んだ時期もありました。そして休日になると毎週のようにどこかへ行きたがり、電車やバスを乗り継いで、テーマパークなどの観光地やショッピングモール、アイドルのライブなど、計画を立てては親子で出かけました。

将来、付き添うことができなくなった時のことも考え、マナーやルールを何度も伝えながら、ひとりで行けるところを増やしていきました。

レストラン貸し切りで クリスマス



毎年12月のクリスマス時期になると、多くの家庭で、家族や友人等と一緒にお店や家で豪華な食事やケーキを食べて過ごしていることでしょう。それはグループホームホームでも同じです。ホームの仲間たちは、クリスマス会を毎年楽しみにしています。今年もお店を貸し切って、クリスマスディナーを堪能しました。クリスマスソングを歌った後は、ハンバーグやスパゲッティ、サラダが盛られたボリューム満点のプレート、パン、ジュース、ケーキを食べ、仲間の皆さんは満足されていました。最後にクリスマスプレゼントを一人ずつ受け取り、和やかな雰囲気の中、楽しむことができました。（西田）

これが息子の生活スタイルだと受けとめて

そんななかコロナがきっかけで、県外に出られない！！ 出かける場所も限られることがわかると、毎日、テレビや新聞を確認し、徐々に現実を受け止めることができるようになり、休日の過ごし方にも変化が現れてきました。

現在は、X（エックス）で無料のイベントやアイドルのインスタグラムで検索しながら、お金の使い方をあらためて意識するようになり、100円貯金も始めました。毎週、ひとりカラオケやゲームセンターに行ったりと、相変わらず出かけていきますが、ありがたいことにヘルプマークが定着してきたことで、以前より安心して送り出すことができるようになりました。ネット三昧の毎日ですが、これが息子の生活スタイルだと受けとめ、今のところは見守っています。

将来に向けて

義両親を家族で看取り、昨年私の長い介護生活も終わりました。息子はこの経験から、将来私たちに介護が必要になり、今のような生活ができなくなったら「グループホームに行くよ、体験もしてみるよ」と、いうようになりました。

我が家の生活スタイルと全く違う時間の流れで、息子は皆さんと一緒に生活を共にすることができるのだろうか？ もしかしたら平日はちゃんと切り替え、ルールを守っていくのかもしれない。

貝家ホームが、開所する前に「将来は」と思っていました。まずは家族と離れた生活をする経験を積みながら、安心して「ホームでの生活」を考えることができるよう、これからは親子で向き合いながら、一歩ずつ歩んでいきたいと思えます。
（らふかつとに通うBさんの母）

ささえる会のページ 仲間たちの活動や生活を豊かに

「わかたけの明日をささえる会」は、わかたけの仲間たちの活動やグループホームでの生活が少しでも豊かなものになることを願って活動しています。

これまで仲間たちや職員からの要望をもとに、日中活動の場やグループホームに下駄箱、掃除機、炊飯器、製氷機などを寄贈してきました。また、クリスマス前の給食には、ささえる会からプレゼントさせていただいたショートケーキが彩りを添えました。

《仲間たちの活動を作ることに、ささやかな手助けに》

ささえる会として、仲間たちの活動を作るということでも、ささやかながらお役にたたせていただいています。わかたけ萩の里で行っている牛乳パックをリサイクルしての紙漉き作業で、仲間たちにカラフルなメッセージカード（はがき）と栞（しおり）を作ってください、セットにしてささえる会の会員の皆様にプレゼントをさせていただきました。「まあ！可愛らしい！」といった声もいただき、仲間たちの張り合いにもつながっています。会員の皆様への年賀状も、デザインと紙漉きのはがきへの印刷を仲間たちにお願ひしました。

ささえる会は、皆様にご協力いただいた会費、バザーや物品販売の収益などの財源をもとに、仲間たちの生きがいにつながる取り組みにも力を入れていきます。



仲間たちに作業で作っていただいた可愛らしい栞とメッセージカードを会員の皆さんにプレゼントさせていただきました。

ささやかですが、仲間たちの作業の収益にもつながりました。

クリスマスをした昼食では、皆さんにささえる会からショートケーキをプレゼントしています。

この日のメニューは、ローストチキンとアサリときのこのスープでした。



あなたもわかたけの応援団に！

「わかたけの明日をささえる会」への

ご入会・ご更新のお願い

「わかたけの明日をささえる会」は、障害のある人たちのことを地域の人とともに考え合い、仲間たちの未来を拓くために活動しています。ご入会・ご更新をよろしくお願いいたします。

一般会員（個人）	年会費	1口	3,000円
賛助会員（団体）	年会費	1口	10,000円
郵便振替	00830-9-130243		
名義	わかたけの明日をささえる会		

「おこしやす券」をご活用ください

「ささえる会」にご入会・ご更新いただいた方に、「おこしやす券」をさし上げています。

わかたけ萩の里やらふかつとの仲間たちの手によるクッキーや野菜などのご購入に、またわかたけのイベントなどでもご利用いただけます。ぜひともご活用ください。

「冬の物品販売」皆様にご協力いただきました

昨年末に行ったささえる会の「冬の物品販売」では、たくさんの皆様にご協力いただき、コロナ禍で思うように活動できなかった時期以降では、最も多い収益を上げることができました。ご協力いただいた皆様、ありがとうございました。

きょうされんの販売事業（味と暮らしの特選品、なかまのうたグッズコレクション、カレンダー）に加えて、うどん・ラーメン（島原手延そうめん）、チョコレート（サロンドロワイヤル）を扱いました。

ご家族の皆さんや職員のほかに、ささえる会の賛助会員になっていただいている企業や地域の医療機関の方々にもご協力をいただき、たくさんご購入していただきました。

次は、「夏の物品販売」になりますが、ご家族や職員の販売を増やして足場を固めるとともに、外部で力を貸していただける方をもっともっと広げていきたいものです。

わかたけの明日をささえる会 「総会」のお知らせ

5月11日（日）

9:30~10:30

わかたけ萩の里にて

会員の皆様方からのお声をたくさんいただき、地域に大きく広げ、地域の皆様とともにある活動を作っていきたいと思えます。

皆様、ご参加ください。

新職員の紹介



中島 美代子です

12月よりわかたけ萩の里の調理スタッフとしてお世話になっています。初心を忘れず先輩方に教えていただきながら勤めさせていただきたいと思います。よろしくお願いいたします。



河合 恵 です

2月より調理スタッフとしてお世話になりました。未経験の仕事なので、先輩方の足を引っ張らないように、成長しながら早く慣れて頑張りたいと思っています。



後藤 里美 です

1月からわかたけ第3ホームにお世話になっております。常に仲間の皆様が心地よく過ごしていただけるように諸先輩方に教えていただき、頑張っていきたいと思っておりますので、よろしくお願いいたします。



佐々木 直美 です

第4ホームの休日の日勤の仕事をさせていただいています。毎回楽しくお仕事をしています。カラオケ、ゴルフ、テニスなど遊ぶことも大好きです。よろしくお願いいたします。

法人・施設日誌 (2024年12月～2025年2月)

- 12月 わかたけ萩の里日帰り旅行 (伊勢忍者キングダム)、内部地区福祉講座 (わかたけ萩の里で開催)、人権フェスタ販売 (らふかっと)、イオン四日市尾平店様クリスマス訪問 (わかたけ萩の里)、グループホームクリスマス会、わかたけ萩の里・らふかっと冬期休暇 (12/31～1/5)
- 2025年1月 利用者と家族の会定例会、虐待防止・身体拘束等適正化研修、わかたけの明日をささえる会事務局会議、わかたけ利用者と家族の会
- 2月 理事会

ご寄付ありがとうございました

法人・施設にご寄付いただきました。

匿名様

「わかたけの明日をささえる会」にご寄付いただきました。日頃からのご支援ありがとうございます。

甲斐野しげみ様 藤岡アンリ様 内部地区婦人会様

イオン四日市尾平店様よりクリスマスプレゼントをいただきました

12月18日、イオン四日市尾平店の皆様がサンタクロースの衣装に身を包んで、わかたけ萩の里を訪問していただきました。仲間たちの前で、クリスマスにまつわる紙芝居をしていただいたり、クリスマスソングを歌ったりして、仲間たちひとり一人にプレゼントを手渡していただきました。