



# ラーフ通信



## 居宅訪問介護サービス

居宅訪問介護部

〒768-0023

観音寺市古川町97番地2

TEL : 0875-24-0999

FAX : 0875-24-9978

明けましておめでとうございます。良き新春を迎えられたこと心よりお喜び申し上げます。さて、今年卯年です。自分自身のステップを一段跳ね上げる  
ことができるでしょうか。

私ごとですが、2022年にITコーディネーターという資格を取りました。この資格はITを使って経営改善や事業革新を行ったり、他者のサポートを行ったりするものです。資格更新の為に、毎年複数回の講習を受けてポイントを10ポイント重ね、レベルアップしていく必要があります。正に一段一段跳ね上がっていかねばなりません。

ここで学んだ知識をラーフの経営に活用して、ラーフ全体の効率化をどんどん進めていきます。例えば、ペーパーレス化やマニュアルや記録のデータ化、共有化をさらに進めます。この取り組みは効率化だけでなくエコにも繋がります。

今年も世の中のIT化は、凄いスピードで発展していくでしょう。その波に飛び乗っていきたく思います。

社会福祉法人ラーフ 理事長 毛利 公一

## 発達障がい者の居場所支援センター



### ウィズだより

あけましておめでとうございます。昨年は、イベントが徐々に再開され、外出の機会が増えてきましたが、まだまだ我慢が強いられる一年でした。

そんな中でも、支援センターウィズでは、就労につながったり、新たな目標に向けて動き出した利用者さんがいらっしゃいました。もちろん、ウィズは就労支援の施設ではないので、就労をゴールに置いているわけではありません。ただ、私がウィズで仕事をさせて頂いていて思うのです。仕事を通して素晴らしい出会いがあり、自分にできることを一生懸命やって、そのうちできなかったことができるようになり、「ありがとう」と言ってもらえたりする。しんどいこともあります。私にとってはお金だけじゃない、プラスαがいいのです。仕事に限らず、人と関わることや何かに取り組むことで、得られるものがあるのではと思います。

今年も、一人でも多くの方が笑顔になれるようがんばっていきますので、ご指導のほど、よろしく願いいたします。

施設長 佐々木 ゆかり

〒768-0072

観音寺市栄町3丁目5-3-2

TEL : 0875-24-8111

FAX : 0875-24-8141



☆ 観音寺市役所内1階の窓口前  
毎月第2水曜日  
12:00~13:00

☆ フレッシュショップ トマト  
観音寺店外のテントの下  
毎月第3・第4水曜日  
12:00~13:00



営業時間

月曜日～金曜日

午前11:00～午後5:00

土・日・祝日は定休日です。



香川県委託事業

生きづらさを抱える方・ひきこもり状態にある方に居場所を開放します。ご本人、ご家族、どなたでも、まずはお気軽にお問い合わせください。

交流・社会参加・体験のできる居場所

居場所  
毎月第1・第3火曜日  
16:00~18:00

相談員来所日  
毎月第1・第3水曜日  
13:30~16:30

# 障害福祉サービス事業所

## やまももだより



### やまもも連絡先

〒768-0023  
観音寺市古川町97番地2  
TEL/FAX : 0875-23-3507



新年明けましておめでとうございます。  
昨年は徐々にイベントが再開され参加でき「以前のようになぎわいが戻ってきているのかなあ」とうれしく思っております。  
新年もたくさんのイベントがあることを願って計画を立てています。  
また2月にはバレンタインデーも控えていますので、ぜひやまもものバレンタインセットを皆様ご利用くださいね。

職業指導員

渡辺 澄衣



- <就労継続支援B型 施設外作業>
- ・玉ねぎ収穫（三豊市、観音寺市）
  - ・ニッショー（屋内委託作業）
  - ・アイフル清掃
  - ・国交省簡易パーキング維持管理（月、水、金）
  - ・三豊総合病院花壇管理（毎木曜日）  
<施設外作業>
  - ・観音寺総合公園自販機清掃（毎月第1月曜日）



〒768-0040  
観音寺市柞田町丙1060-1  
TEL : 0875-82-9520

12月中旬からの寒波の到来ですっかり寒い冬になりましたね。リールの利用者様達も夜明け前から家を出られる方、夕遅くに帰宅される方、みなさん厳しい寒さの中頑張っています。それぞれの持ち場で試行錯誤しながら、職員や利用者様同士で相談し合ったり新しく提案したり、より良いリールになるように日々励まれています。私もみなさんのパワーをもらいながら2023年も共に楽しく、お仕事ができればと思います。

どうぞ今年もリールをよろしく願いいたします。そしてこんな寒い日には、レストランの冬限定メニューのカキフライランチや、サロン・ド・リールのヘッドスパがおすすめです。身体がたまること間違いなしですよ！

生活支援員

今井理絵子



リールの最新情報はこちらから！！



〒768-0023  
 観音寺市古川町608-1  
 TEL・FAX  
 0875-82-9502

あけましておめでとうございます。新年を迎え、皆さん良いお正月を過ご  
 せたでしょうか？

Beamの生活介護の利用者さんは、新年の抱負を立てています。願望や頑  
 張りたいことを書いている方が多いです。皆さんも、1年の抱負を考えて、  
 よりよい1年にしてくださいね。

就労継続支援B型では、年末や年始からの仕事が入り、日々頑張っていま  
 す。今年の目標は、元気に通所し、楽しく仕事ができたらと思います。  
 今年もよろしくお願ひします。

施設長 田邊 早矢加



ちょっと役立つ

まめちしき  
**豆知識**

寒い日が続きますが、身体が冷え切っていませんか？  
 身体を動かしたり、あったかいお風呂にゆっくりつかるのもいいですが、  
 毎日口にする食べ物にも気を付けてみてはいかがでしょうか。

身体を温める食べ物（冬が旬、寒冷地で育つ、暖色系、水分が少ない、発酵食品）

炭水化物...玄米、黒米、そば、全粒粉パンなど

肉...牛肉、鶏肉、豚肉

魚介類...赤身魚、青魚（まぐろ、あじ、いわし、えび、かになど）

野菜...タマネギ、カブ、カボチャ、生姜、ニンニク、長ネギ、ニラなど

発酵食品...納豆、キムチ、チーズなど

調味料...味噌、醤油、黒酢、塩、唐辛子など































また、生姜湯や紅茶、ココア、赤ワインや日本酒も良さそうです。

ココカラクラブ

お役立ち情報より



# やまもも・ウィズ・リール<1月/2月販売・行事カレンダー>

月	火	水	木	金	土	日
1 / 9	10 Aコープ豊南 10:00~ 12:00 福祉センター 12:00~ 13:00 	11 <b>ウィズ</b> <b>市役所販売</b> 12:00~ ふたば保育所 14:00~ 	12 やまももパン販売 12:00~ 13:00 	13 	14 観音寺コープ 10:00~ 12:00 	15 
16	17 Aコープ豊南 10:00~ 12:00 	18 <b>ウィズ</b> <b>トマト販売</b> 12:00~ 観音寺市役所 12:00~ 13:00 	19 やまももパン販売 12:00~ 13:00 	20 西部養護学校 14:30~ 15:30 	21 	22 
23	24 Aコープ豊南 10:00~ 12:00 福祉センター 12:00~ 13:00 	25 <b>ウィズ</b> <b>トマト販売</b> 12:00~ 三豊市役所 12:00~ 13:00 ふたば保育所 14:00~ 	26 やまももパン販売 12:00~ 13:00 	27 	28 Aコープ豊南 10:00~ 12:00 	29 
30	31 	2 / 1 	2 やまももパン販売 12:00~ 13:00 	3 福祉センター 12:00~ 13:00 	4 	5 
6	7 Aコープ豊南 10:00~ 12:00 	8 <b>ウィズ</b> <b>市役所販売</b> 12:00~ ふたば保育所 14:00~ 	9 やまももパン販売 12:00~ 13:00 	10 	11 	12 

## ※ リールレストラン営業日

※ウィズのワッフル販売は売り切れ次第終了です。  
お早めどうぞ!!!

ラブ  
クレド

仕事に関わるあらゆる人の  
長所を理解し褒めてあげよう。



いくつ食べましたか?