令和5年11月 第98号







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

居宅訪問介護サービス

すっかり秋めいてきました。長かった夏には早く涼しくなってと思ってたのに少し肌寒さを感じ なっ こい ると夏が恋しくなり、夏にカメムシが多いと冬が寒いとかで冬に不安を感じ、なんと人間の身勝手 さでしょうか。

しゃかいじょうせい かる ぶっかこうとう おり せいかっ たいへん ひび かん かお あ なん たか か 社会情勢も悪く物価高騰の折、生活の大変さを日々感じます。顔を合わせば「何でも高くて買え かいり こうどせいちょうき そだ かたし そうぞう げんじっ けんじっ んな」の会話ばかり。高度成長期に育った私には想像していなかった現実があります。

コロナ、戦争。そんなことが自分の身にふりかかるなど考えもせずゆる一く過ごしていました。 SDGSなどモチロン考えていませんでした。これも人間の身勝手さでしょうか。これからもまだまだ たいっかんときを経験しそうです。少し考え方を変えなくてはなんて不安もありますが、まぁ良い時も悪い時もあるからと思いつつ庭でプランター菜園し、少しでも家計の足しにと笑いながら過ごしています

かいごぶ まきの ゆみこ 介護部 牧野 由美子

発達障がい者の居場所支援センター



最近ウィズのレクレーション活動で取り入れている「しあわせ心理学」。心理カウンセラーの方の動画などを参考にさせてもらっていますが、マイナスのループにはまり込みがちな人は、マイナスの癖や習慣が身についているそうです。「人生が楽になる方法!」とか「簡単に自分に自信をつける方法!」などと聞くとそんなうまい話があるわけがない、と思ってしまいますが、よく見てみると「なるほど、そういうことか」と思うことも多々あります。例えば「運動」。運動をすると協調性や誠実性がアップするそうな。身体が健康になるだけでなく、脳にもよい影響があるんですね。他にも人生をよくする方法がいくつも出てきます。

しみついた良くない習慣をやめたり、良い習慣を新しく始めたり することで変わることは確かにある気がしてきます。だめもとで試 してみてはいかがでしょう。

> しせつちょう ささき 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

★お知らせ

ウィズのワッフル販売は9月末を もちまして終了いたしました。 長らくのご愛顧大変に ありがとうございました。







★ 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

ひきこもり サポーターさん も来所予定!

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









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

じゅうがつ しせつがいしゅうろう あたら

10月から新しい施設外就労としてドラッグストアmacへ行っています。品出しや値引きシール貼り、 きゃくさま まじ 店内清掃と新しい環境の中で現地のスタッフさんたちやお客様と交わりながら日々チャレンジしていま 味しいランチやスイーツもあります♪ しょくぎょうしどういん

職業指導員 今井 理絵子









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

じゅうがつなのか ようか ふつかかん 今年もお祭りが無事に終わりました。十月七日、八日と二日間ですが。八日はあいにくの雨になりました。 ままうなん きょうなん きょうじょとも だい まっ ず なっやす ごろ 我が家の子供たちは、長男、三男、長女共に大の祭り好きで、夏休み頃から「ヘアースタイルは、どんな風に しようか、」、「何を着ていこうか」、「美容室は、いつ頃行こうか」など、、、、。お祭りのことばかり、 おまけに動画を見たりと。

ますがピンとこないし、いまだに子供達があそこまで盛り上がれるのか私には、不思議です。お祭りの二日間は 自分で起きて、髪をセットし、何回も鏡を見て張り切って出かけて行きました。

子供達は、全力でお祭りを楽しみました。その分疲れたようですが、

三人ともとても良い顔をしていました(^_^)/

お祭りは終わったので気持ちを切り替えて明日からまた頑張ってほしい

一年後のお祭りまで、頑張れ子供達(^_^)/

しょくぎょうしどういん まきの よしえ 職業指導員 牧野 佳枝 <就労継続支援B型 施設外作業〉

- ・玉ねぎ、にんにく袋詰め作業
- ・ニッショー(火木金)
- ·大成薬品工業屋内清掃(平日11 時~12時)
- ・国交省トイレ清掃(月水金10時 半~12時)
- ·三豊総合病院花壇管理(木AM)
- ・その他、除草作業など屋外作業





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

ばームにはお祭り好きな利用者が多く、10月が近づくとみんななんだかソワソワしています。1 人の利用者の方が「ちょうさ作りたい」と言い出したので、ビーム内にあるものを駆使してちょうさ作りが始まりました。少しずつ準備をし、改良に改良を重ね、立派なちょうさが出来上がりました。

「ちょーさーじゃー」と言いながらビーム周辺を練り歩き、ビーム祭りも今が本番。まだまだ祭り 熱はやみそうにありません。にぎやかな日々になりそうです。

> せいかつしえんいん 生活支援員

右田ゲさつき







愛着沸く素晴らしいちょうさが できあがりました!









あと て よご さとう お こ いっぱい て と

★ハンバーグをこねた後の手の汚れは、砂糖で落とせます。小さじ一杯を手に取り10秒 くらいこすりあわせて流してください。それからハンドソープで洗うとすっきりきれいになります。

★体脂肪を減らすには、毎日風船を膨らませましょう。自然と腹式呼吸になり、体脂肪燃焼 **
に効きます。

やまもも・リール<11月/12月販売・行事カレンダー>



| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|-------|--|---------------------------------|--------------------------------------|---|---------------------------------|-----|
| 11/13 | | 15 観音寺市役所 12:00~ 13:00 | 16 やまももパン販売 12:00~ 13:00 | 17 西部支援学校 14:30~ 15:30 | 18 観音寺コープ 10:00~ 12:00 | 1 9 |
| 2 0 | | 22 三豊市役所 12:00~ 13:00 | 2 3 | 2 4 | 25 Aコープ豊南 10:00~ 12:00 | 2 6 |
| 2 7 | 28 Aコープ豊南 10:00~ 12:00 福祉センター 12:00~ 13:00 | 2 9 | 30 やまももパン販売 12:00~ 13:00 | 1 2 / 1 ふたば保 おおと松 田代商店 もありま | 荘、 井、 への出前販売 す。 | 3 |
| 4 | 5 Aコープ豊南 10:00~ 12:00 | 6 | 7 やまももパン販売 12:00~ 13:00 | 8 | 9 観音寺コープ 10:00~ 12:00 | 1 0 |
| 1 1 | | 13 三豊市役所 12:00~ 13:00 | 1 4 やまももパン販売 1 2:00~ 1 3:00 | 15 | 16 | 1 7 |

※ プリールレストラン営業日



言葉には力がある。 プラスの言葉は気持ちを育てるサプリメント。

好かれる人の 話し方10選

- 1:相手が話し終わってから自分が話す
- 2:相手を否定しない
- 3:目を見て話す
- 4:分かりやすい言葉で話す
- 5:謙虚な話し方(偉そうに話さない)
- 6:表情豊かに話す
- 7:夕前を呼ぶ
- 8:愚痴や言い訳ばかりを話さない
- 9:自分のことばかり話さない
- 10: 嬉しそうな明るい声

