



ラーフ通信



ルール



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

まだまだ寒い日が続きますが、体調崩されたりしてませんか？昨年末よりインフルエンザやコロナが流行しています。年末年始で多くの方が感染したと聞いています。今年は大型連休とあって、沢山の人の行き来があったようです。以前、コロナが流行した時には、インフルエンザに罹ったとあまり聞かなかったように思います。今一度、「手洗い・うがい・マスクの着用」を行い自分の身を守る行動をしていきたいですね。体調不良時には無理をせず、栄養のあるものを食べ、ゆっくり休養をしましょう。



にしかわ さやか
西川 紗矢香

発達障がい者の居場所支援センター



ウィズだより



〒768-0072
観音寺市栄町3丁目5-3-2
TEL : 0875-24-8111
FAX : 0875-24-8141

令和7年が始まって早1か月、年を取ると時がたつのがどんどん早く感じるようになります。年々時が経つのが早いと感じるのはジャーネーの法則と呼ばれる心理学の法則によるものだそうです。ジャーネーの法則とは、人生のある時期における時間の心理的長さは年齢の逆数に比例するという法則です。つまり、年齢を重ねるにつれて、自分の人生における「1年」の比率が小さくなるため、体感として1年が短く、時間が早く過ぎると感じます。例えば、1歳の人にとっては1年は1/1年、10歳の人にとっての1年は1/10と考えると、年齢が10倍になると時が流れる速さの体感も10倍になる。なので、50代の私の時間は、5歳の子どもの10倍以上のスピードで流れているのです！

また、はじめての事や経験したことないことをしている時は、それが強く印象に残り、時間が長く感じるそうです。「1年たつのがほんまに早いわ～」とと思っている方、なにか新しいことにチャレンジしてはいかがでしょう。ウィズでも、「チャレンジ」を大切にしていきたいと思えます。

香川县委託事業

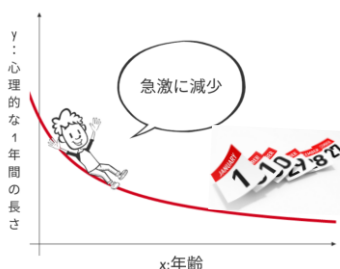
生きづらさを抱える方・ひきこもり状態にある方に居場所を開放します。ご本人、ご家族、どなたでも、まずはお気軽にお問い合わせください。

交流・社会参加・体験のできる居場所

内職やボードゲーム、お料理などの体験をしていただけます！

居場所
毎月第1・第3火曜日
16:00~18:00

相談員来所日(要予約)
毎月第1・第3水曜日
13:30~16:30



しせつちょう ささき
施設長 佐々木 ゆかり

おにぎりの日やってます！！
毎月第1・第3木曜日
16時00分~17時45分
お問い合わせは
支援センターウィズまで

感謝



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

新年が始まり、皆さんは今年はどのように過ごすのか目標は定めましたか？
私は、趣味の剣道を嗜んでおり、初稽古の際に道場で「今年の目標は、七段の昇段審査に向けて頑張ります」と宣誓しました。剣道において七段は、一般ピープル剣士にとって目標段位で、（※剣道最高段位は八段ですが、これは全日本選手権に出るような滅茶苦茶強い先生です）剣士として一人前と見られます。その審査は六段同士が立ち合いを行い、審査する八段の偉い先生方が、その実力があると認められると合格になります。
その合格率は約15%で狭き門ですが、目標を明確に言葉にすることで自分を奮い立たせるようにしました！
今年1年、週4回稽古に励み、目標に向かって頑張ろうと思います。
皆さんも、目標を立て、休憩、寄り道しながら楽しくゴールに向かって頑張らしましょう！

よこざわ まさき
横澤 政記



ビーム

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

朝晩かなり冷え込んだと思いきや、日中は春の陽気を感じる日もあり、体調管理が難しい時期となりました。学校でも学級閉鎖になることもあり、感染対策をもっとしていかなくては...と日々思っています。

ビームは今年、琴弾八幡神宮へ階段であがることになり、初めて皆であがりました。皆さんの表情から疲労感を感じましたが、それ以上に清々しい様子で、また登りましょう！と意気込んでいました。日々変化はあまりない中、少しでも新しく、違ったもの、考えを取り入れながら皆さんと取り組んでいきたいと思っています。

せいかつしえんいん しほお ともみ
生活支援員 芝尾 友美



- ＜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
 - ・ニッショウ（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



こんにちは。今日は、私の推し活について書きます！ 私の推しは、三代目 J Soul Brothers (from EXILE TRIBE)です。中でもボーカルの今市隆二くんが大好きです。優しい歌声、可愛い笑顔や色っぽい所全部大好きです。

ここ数年毎年ライブに参戦出来ています。最近では、去年の12月20日、京セラドームに行ってきた。アリーナ席でハッキリ目の前で見ることが出来ました。

私の影響で最初は長男も三代目が好きになって、長男とも2回ライブに行きましたが、長男の推しは今B'zになりライブにも行っています。

私は、1人でも全然ライブに参戦します。今市隆二くんのソロライブ松山、高知にも行きました。でも最近では、長女と2人で行くようになりました。車の中や家でも三代目を聴いて「ライブ良かったな〜」って話しています！

好きなアーティストを感じる時間を源に仕事で笑顔も充実できてると思います！ 皆さんも『推し活』、大切に活用しましょうね。



しょくぎょうしどういん 職業指導員

まきの よしえ 牧野 佳枝



今回は2月ということで、『節分の豆知識』です！



節分

1. 節分は、年4回あった？
2. 2025年の節分は2月3日ではない？
3. 豆まきをしなくてもよい姓がある？
4. 節分の時期にひいらぎの枝にいわしの頭を刺したものを玄関に飾るのはなぜ？



解説！

1. 節分は「季節を分ける日」のことを指しているため、『立春・立夏・立秋・立冬』それぞれの前日に行われていた。その中で、新年とされていた『立春』の前日が特に重んじられるようになった。
2. 2025年は、『立春』が2月3日なので、節分はその前日の2月2日。
3. 平安時代に『渡辺綱』という武士が鬼を退治したという言い伝えがあり、鬼よりも強いとされる「わたなべ」さんは、鬼がよりつかないといわれているから。
4. 『柊翹』といい、「ひいらぎのトゲで鬼の目を刺し、焼きたいわしの匂いで鬼を遠ざける」という魔除けの意味が込められている。

やまもも・リール<1月/2月販売・行事カレンダー>



月	火	水	木	金	土	日
27	28 	29 	30 	31 	2/1 	2
3	4 Aコープ豊南 10:00~ 12:00 	5 三豊寺市役所 12:00~ 13:00 	6 やまももパン販売 12:00~ 13:00 	7 	8 観音寺コープ 10:00~ 12:00 	9
10	11 Aコープ豊南 10:00~ 12:00 福祉センター 12:00~ 13:00 	12 観音寺市役所 12:00~ 13:00 	13 やまももパン販売 12:00~ 13:00 	14 	15 ふたば保育所、 おとよ荘、 ヤマト松井、 田代商店への出前販売 もあります。 (やまもも) 	16
20	21 Aコープ豊南 10:00~ 12:00 	22 三豊市役所 12:00~ 13:00 	23 やまももパン販売 12:00~ 13:00 	24 	25 Aコープ豊南 10:00~ 12:00 	26
27	28 Aコープ豊南 10:00~ 12:00 福祉センター 12:00~ 13:00 	3/1 	2 やまももパン販売 12:00~ 13:00 	3 	4 	5

※ リールレストラン営業日

気持ちが育つ★

ラブ
クレド



プラスの言葉をたくさん使おう！。
マイナスの言葉を使った後は、必ずプラスの言葉で終わろう！
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。