



ラーフ通信



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

ビームでは、2月3日（月）に利用者全員で豆まきを行いました。豆を投げる役と鬼役に分かれて、利用者、職員とも笑顔で行事を楽しむことができました。

寒暖差の大きい日が続いており、体調を崩しやすい時期になっています。インフルエンザやコロナウイルスが流行していますが、調子を悪くしていませんか。手洗いやマスク着用、換気などの対策を行い、お身体に気を付けてお過ごし下さい。



職業指導員 白川 蓮

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



この冬、自分も家族も珍しく体調を崩すことが続き、「健康の大切さ」を痛感しました。

私自身は、病院に行かずに数日で落ち着く程度でしたが、それでも、普段感じない不快感があるだけで、仕事も家事もスムーズに出来ず、気持ちも沈み、はた目には大したことがないようでも、自分にとってはとてもつらい時間でした。

自分の体は、服のように、古くなったから・傷んだから、捨てて新しいものにすればいい、というわけにはいきません。ずっと同じ体で、その時々々の環境の中で年を重ねていく中で、時には不調になるし、ないがしろにしていたらいつか大事に至ります。

“代わりの無い”自分の体・・・何か違和感を感じたら、無視せず早めに対処しよう！そして、健康診断にはきちんと行こう！と、改めて思ったこの冬でした。

おにぎりの日はじまりました！！
毎月第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



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。



なんかしんどい...



支援員 芳地

ひきこもりサポーターさんも来所予定！

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

居宅訪問介護サービス

ライフハック (lifehack) とは、仕事や日常生活で役立つアイデアやテクニックのことで、(おばあちゃんの知恵袋みたいなもの)。調べてみるといろんな役立つ情報がありました。今回は以下の2つのライフハックを紹介します。

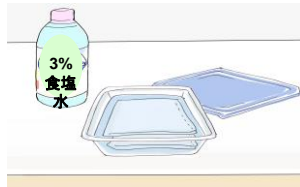
『お玉の底を汁物やカレーの表面につけると垂れにくい』

お玉ですくう際、底を1~2秒ほど汁物やカレーなどの表面につけると垂れにくくなります。表面張力によるもので、鍋に入っている液体がお玉についた液体を吸い取るため、お皿やお椀のフチを汚さずに盛り付けできます。

『タッパーの気になる臭いは塩水で取れる』

タッパーの臭いが気になる場合は、容器の大きさに合わせて水100ccに対して塩3gほどの塩水で30分ほどつけおきしておくのと良いです。後に食器用洗剤で通常通り洗いましょう。塩水には浸透圧により、タッパーの傷に付着している汚れや臭いを吸収させる効果があるようです。

おばあちゃんやおじいちゃんの知恵袋。こんなものもあるよ~ってありましたら、ぜひともスタッフにもご教授ください。



ほうもんかいごぶ 今井 剛
訪問介護部

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

桜の開花が楽しい季節が近づいてきましたね。この1年、私はイベント販売に向けての手芸品の製作や玉ねぎ種袋の製作で手芸と多く向き合いました。「日々の生活であつたら便利なもの」をテーマにタオルリストバンドや2wayリバーシブル巾着などを製作しました。利用者様と一緒に、生地選びやこうしたほうがいいのではないかなどを話し合いながら製作しました。販売に行っていた利用者様から「たくさん買ってくれていたよ」と聞いた時はとてもうれしく感じました。今年もより多くの方に手に取っていただけるよう頑張りたいです。

プライベートの話になりますが、先月、高校からの友人と大阪に行ってきました。某テーマパークに5年ぶりに行ったのですが、新エリアができていて、さらに賑わっていました。コンサートにも行き、とても充実した時間になりました。リフレッシュの時間も大切にしながら今年も頑張りたいと思います！

<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



ちかいし 近石 さくら





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

今年ことしの冬ふゆは香川県かがわけんでも珍めづらしく雪ゆきが降ふったりと寒さむい冬ふゆになりました。寒さむい冬ふゆを超こえていよいよ春はるがやっはるてきます。今年ことしも春はるからいろいろなイベントたかまつがあります。香川県かがわけんでは高松たかまつにあなぶきアリーナ香川かがわがオープン。サザンオールスターズおのこけら落はじとしから始いままり、今かがわまで香川くに来くることがなかつた多おくのビックアーティストおとずが訪がれます。4月がつからは瀬戸内国際芸術祭せとうちこくさいげいじゆつさいも始はじまり、大阪おおさかでは大阪国際万博おおさかこくさいばんぱくも始はじまります。国内こくないからはもちろん、外国がいこくからも多おくの人が日本にほんを訪おとずれ賑にぎやかになるでしようね。いよいよ桜さくらも咲さき穏おだやかで明あかるく、楽たのしい季節きせつがやっみなさまてきます。皆様みなさまそれぞれの春はるを楽たのしみましよう！

生活支援員 進藤 直樹
 せいかつしえんいん しんどう なおき



今回は3月、
 『ひな祭りの豆知識』
 です！



1. ひなあられがカラフルなのはなぜ？
2. ひな祭りの由来は？
3. 仕舞い遅れると嫁にいけないって、どういうこと！？
4. 「お内裏様とおひなさま」は、実は三角関係！？

解説！

1. 甘あまくておいしいひなあられには、「一年いちねんを通して幸とせに過しあわごせませうよ」という願すいがこもつていて、桃もも色いろ、緑みどり色いろ、黄きいろ色いろ、白しろ色いろの4色しよくの場合ばあいは四し季きを、白しろ色いろ、緑みどり色いろ、赤あか色いろの3色しよくの場合ばあいは雪ゆきや木き々の芽め吹いき、命いのちを表あらわしているとされています。
2. 中国ちゆうごくから伝つたわった上巳じょうみの節句せつくが起きげん源にんぎようで人形いに息ふを吹じぶんきかけることで自う分のけがれを移みずし、水ながに流ながす風習ふうしゆだったものが、平安時代へいあんじだいに男女共通だんにょきょうつうの行事ぎようじ「ひなまつり」として定てい着ちやくした。
3. 『人形にんぎようを早はやく仕舞しまわないと婚期こんきが遅おくれる』という定説ていせつは、実じつは昭和初期しやうわしよきに生うまれたもので、片かたづけがちゃんかたとできない女性じよせいは嫁よめとして失格しつかくだという意味いみなんですが、ちよじだいつと時代じだい錯誤さくごかも？ですね。
4. 「お内裏だいりさま様おひな」とは男雛おひなのことではなく、男雛おひなと女雛めひな一対いっついをお内裏だいりさまと呼ぶので、女雛めひながひとつ多おほくなって、三角関係さんかくかんけいになってしまいます。

★お写真募集★

お待ちしております！

次号じごうから新しんコーナー★『うちの可愛かわいこちゃん』スタート！つきましては、利用者様りようしやさま・ラフ職員しよくいんの皆みなさまのご自慢じまんのペットちゃんのお写真しやしんを募ぼしゆ集じゆします。一言ひとことコメントとお名前なまえを添そえて with2011@sea.plala.or.jp までご応募おうぼください！



