

# 妻有の里

第62号

- 発行日／平成30年3月10日
- 題 字／高野美代子様  
(障がい福祉サービス事業所  
エンゼル妻有利用者)
- 発行元／社会福祉法人妻有福祉会

障がい  
福祉サービス事業所

エンゼル妻有

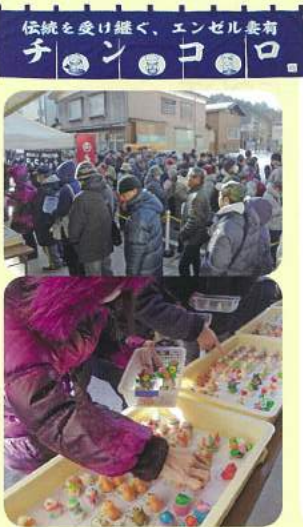


台紙のエン  
ゼルマーク  
が目印です



「自分らしいライフスタイルを目指して」をテーマに、障がいを持ちながら地域で自立した生活をするために就労・生活面において一定期間サポートします。

## 節季市でちんころを販売いたしました♪



1月の節季市(ちんころ市)、2月の雪まつり(川治つまり広場)で、エンゼル妻有授産品である“ちんころ”を販売いたしました。たくさんの皆様からお買い求めいただきありがとうございました。

授産品の売り上げは、施設利用者の工賃とさせていただきます。

チンコロは昔からの民芸品、幸せを招く縁起物として親しまれています。



毎年、たくさんのボランティアの皆様からご協力をいただきながら、ひとつひとつ丁寧に製作しています。  
ボランティアの皆様ありがとうございます。

### 就労継続支援B型 就労移行支援

利用者の皆さんからは、「ちんころ製作」「説明書作り」「節季市での接客係」等に、たずさわってもらっています。



### ボランティア

#### ●個人の皆様

阿部 マ ツ イ 様  
柳 智 子 様  
西野 美代子 様  
遠田 花子 様  
古沢 カツエ 様  
福保 ゆかり 様  
柳 ケサ 様  
柳 キセ 様  
井口 啓子 様  
井口 ミツエ 様  
徳永 モト 様  
丸山 スイク 様  
小川 キク 様  
中平 明美 様  
古沢 美和子 様

#### ●団体の皆様

JA高山婦人部 様  
大島電気(株) 様  
(順不同)

### 寄付・金品

竹内 哲郎 様

(平成29年7月1日  
～平成30年1月31日)



障がい者地域生活支援センター

# エンゼル妻有

- ・将来どうしようかな? なかなか外に出られない... 家族との悩みがある。
- ・活動を通じ1人1人の方の希望をかなえるお手伝いをします。

指定相談支援事業  
地域活動支援センター

( 障がい者地域生活支援センターエンゼル妻有では2つの事業を行っています。今回は指定相談事業についてご紹介いたします。 )

## 相談支援事業所

障がいをお持ちの方の「暮らし」をサポートする地域の相談窓口です。

～あんしんして生活をしていくために、私たちも一緒に考えます～



Aさん

どんな相談ができるの?



相談支援  
専門員

### 権利擁護に関する相談

- ・成年後見などの制度
- ・差別、虐待

### お金に関する制度の相談

- ・障害者年金
- ・お金を管理する支援

### 障がい児のサービスに関する相談

- ・長期休暇や放課後の過ごし方について

### 暮らしに関する相談

- ・住まいの場について
- ・市役所の手続き

### 障がいや医療に関する相談

- ・障がいの特性について
- ・健康について

### 障がい福祉サービスに関する相談

- ・日中の過ごし方について
- ・ホームヘルプ
- ・短期入所、施設入所等

### 働くことに関する相談

- ・一般就労、障がい者雇用
- ・作業施設の利用



障がいのある息子と暮らしているけれど、自分が高齢なので息子の将来が心配です。



病気でしばらく入院していたけれど、退院することになりました。家事が得意ではないので心配です。

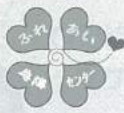


仕事をしたいと思うけれど、毎日勤められるか自信がありません。

## 相談の流れ

- ① 相談は来所、電話等でお問合せください
- ② ご本人の希望や生活状況を確認し、支援の方法を考えます
- ③ 福祉サービスなどのご紹介をします
- ④ 希望する生活へ近づけていきます





# 十日町市身体障がい者福祉センター

各種障がい者  
手帳を  
お持ちの方…

書道・絵画・手芸・折り紙・写真・機能訓練やっています。

## 自分の趣味を生かして、輝く笑顔と生きがいを!

### 昨年に続き書道部門で快挙

書道教室の村山宏様が、昨年度の全国美術展最高賞「厚生労働大臣賞」に続き、今年度は県美術展最高賞「県知事賞」を受賞。絵画部門でも、同美術展で竹内ハル様が実行委員長賞、小柳静枝様が審査員特別賞をそれぞれ受賞されました。



村山 宏様

題名「五言律詩」

県の美術展で何度か受賞経験はありますが、県知事賞は初めてで、とても嬉しい。まさか受賞出来るとは思っていませんでしたと語る村山さん。



竹内ハル様

題名「満開」

小柳静枝様

題名「玉菜のよう  
におっきくな  
ーれ! 私の心」



## 秋季遠方外出 10月

### 志賀高原



6日(金)、写真教室で初めて志賀高原に出かけました。風がとても強い一日でしたが、皆さん楽しそうに、美しい景色をカメラに収めていました。

### 山古志闘牛場

8日(日)、日曜日ご利用のふれあいクラブの皆さんは、目の前で牛の角突きを観戦。手に汗握る勇壮な戦いを「恐い!」と言いつつも、目が離せない様子でした。



### 白根グレープガーデン



25日(水)、参加者33名でぶどう狩りを楽しみました。一房持ち帰り出来るということで、沢山のぶどうの中から時間をかけ、一番大きい房を選んでいました。

### ボランティア

- 個人の皆様
 

小坂 幸平	様
山田 桂子	様
星名 美代子	様
池竹 かつえ	様
庭野 久栄	様
清水 美代子	様
武居 マツ工	様
高橋 恵	様
外山 正子	様
- 団体の皆様
 

慈光こども園	様
--------	---

(順不同)

(平成29年7月1日  
～平成30年1月31日)

## クリスマス・忘年会 12月

ご利用者間の交流を目的として、今年もあてま高原リゾートベルナティオを会場に、クリスマス・忘年会が行われました。午前部は、連想ゲームや、手ぬぐい・片手であつらりレーなど、テーブル対抗で競い合いました。午後部は職員による創作劇「白雪姫～身障バージョン～」を披露! 毒リンゴを食べて倒れてしまった白雪姫…。そこへ、元消防士の王子がAEDを持ち登場。取り扱いの説明が始まり、真剣に聞く場面もありました。参加者からは終始笑い声が絶えず、大好評で幕を閉じました。



今年度も、全国及び県の美術展多数入賞に対し、NPO・TASC様より奨励金の交付を受けました。ありがとうございました。

十日町市老人福祉センター  
十日町市高齢者生きがい活動支援通所事業

# 平成園

お元気な高齢者の  
方々の施設です

## 高齢者 生きがい活動支援通所事業 (生きがい対応型デイサービス)

65才以上で介護保険に該当されていない比較のお元気な方が対象です。朝夕の送迎付きで、午前中は、看護師さんの血圧・体温チェックがあり、入浴も出来ます。その他、季節に応じた活動や、朝からお出かけるバスツアーもあります。

### 創作活動 デイサービス看板、カレンダー、ちんころづくり

色画用紙を切って丸めて、それをこつこつと台紙に貼り付けていきました。約1ヶ月半かかりましたが明るくステキな看板に仕上がりました。毎日デイサービス室で皆さんに微笑みかけ輝いています。



昨年12月に今年のカレンダーを作りました。折り紙で犬をつくり貼り付けて完成です。

1月はちんころ作りに精をだしました。小さくて苦労しましたがとっても可愛く仕上がりました。



### バスツアー ほくほく線で越後湯沢へ

11月のバスツアーです。ほくほく線に乗って車窓から色づく山々の紅葉を眺め湯沢駅構内で買い物を楽しみました。その後バスに乗って、御利益のある味噌で有名な関興寺を参拝して、お昼には美味しいお蕎麦と天ぷらをいただいて帰りました。皆さんが笑顔いっぱいの日でした。



### 運動会 平成園1階にて

新聞紙を丸めて玉を作ったの玉入れ、うちの風船運びリレー、お楽しみパン食い競争などなど張り切って参加した運動会でした。



## 老人福祉センター事業

各種「つどい」「さあくる」活動があり、60才以上のお元気な方はどなたでも参加できます。戸外に出かけて生きがいづくり、仲間づくりをして毎日を健康に過ごしましょう。各活動の問い合わせは平成園にご連絡下さい。お一人でも大歓迎です。

### つどい活動



10月20日(金)に「健康のつどい」として「認知症予防出前講座」を開催しました。午前中は認知症予防講演を聴き、すこやかエコー体操で身体をほぐしたあとは、地域包括支援センターの方からお話を聞きました。お昼には減塩弁当をいただき、お菓子をつまんだ後、手品をみたり歌を歌ったりしながら自分の健康について考えた一日でした。健康寿命をのばして、楽しくいきいきと毎日が暮らせたら幸せです。

### さあくる活動



#### 「ふるさと体験さあくる」

11月は、弥彦もみじ谷に行ってきました。小雨でしたが真っ赤に色づいたもみじが出迎えてくれました。お昼は燕三条でバイキング、そして道の駅などで買い物をして秋の一日を満喫してきました。

#### 「ポールウォーキングさあくる」

11月に長岡丘陵公園のコースを約4km歩いて来ました。丘陵公園の広さに驚きながらさわやかな風に吹かれ、展望台にも上がってみました。好天に恵まれて良い記念写真が撮れました。



### 寄付・物品

(平成29年7月1日  
～平成30年1月31日)

松下 喜好 様  
渡辺 元六 様

有難うございました。  
大切に使用させていただきます。



#### 「料理さあくる」

12月はそば打ち体験をしました。そば粉をこねて延ばして切ったら早速ゆでてお昼にいただきました。そば粉をこねるのに苦労しましたが、出来上がったそばは、こしがあって大変美味しく好評でした。

# デイサービスセンター アップルつまり

楽しく集い、楽しく脳と身体の健康づくり

## ●お風呂紹介●

デイサービスのお風呂ってどんな感じ？実際に目にする事は少ないかもしれませんが、今回はアップルつまりのお風呂をご紹介します。



〔脱衣場〕



お風呂と脱衣場は3つに分かれており、1人1人ゆったりと入浴ができます。



〔浴室〕

♪いい湯だな～

職員が必要なお手伝いをさせていただきながら、ご家庭での入浴と同じ雰囲気を目指して、入浴をおこなっています



〔リフト〕



車椅子を使われている方や浴そうのまたぎに不安のある方、または体調が合わない方はリフトを使った入浴方法もあります。



〔ゆず湯〕

季節の行事に合わせたお風呂もありますよ！

いい香りで気持ちもほかほかあったまりました。

## ●体操紹介●

寒い寒い冬…ついついこたつから動かず過ごしてしまう方も多いかもかもしれません。アップルつまりでは毎日色々な体操を皆さんと一緒にしております。その中からご自宅でもできる簡単な体操をご紹介します。



### 〔転倒予防〕

「つま先あげ」  
「かかとあげ」  
すり足を改善し、つまづきにくくする効果があります。

1・2・3・4...



### 「ももあげ」

背骨からももにつながる筋肉(大腰筋)を動かして姿勢を安定させます。

5・6・7・8...



### 〔脳力アップ〕



クルクルクルクル◎頭の体操！！

赤あげて！ 白あげて！！  
声を出しながら楽しんで体を動かします。

### ボランティア

(平成29年7月1日～平成30年1月31日)

- |             |             |                |
|-------------|-------------|----------------|
| タナカ屋様       | 羽鳥こす恵様      | 谷矢暁子様          |
| ききょうの会様     | 遠田裕美子様      | 曾根フレンス様        |
| 丸山ユミ様       | 浦沢志麻様       | シャープの会様        |
| 中里太極拳同好会様   | 石原トシ様       | (順不同)          |
| 宮澤ハル工様      | 中島はま様       | いつもありがとうございます。 |
| 十日町楽しい日クラブ様 | 星野景子様       |                |
| 中町みえ様       | 上村まき様       |                |
| 勝又桂子様       | 小林一夫様       |                |
| 佐藤澄子様       | 十日町カラオケ同好会様 |                |



# 養護老人ホーム 妻有荘

自立を目指す  
共同生活の輪♪

## 賽の神



雪降る中、幸町の地域の方と合同で行いました。



豊作と健康を祈念しました。



## 新年のあいさつ



滝沢会長より「今年も良い一年にしましょう！」



年女の方 今年の抱負のインタビュー。



## けんこつ体操



足あがるかな。ヨイショ。



ボールを使って。かんたん運動です。

## 野口伝統芸能保存会様



剣の舞いの刀の構えがカッコよかったです！



かべ塗りおけさを踊っていただきました。

## ある日の食事風景



かきあげそば・ぜんまい・なます



ふわぁ～腹いっぱい！

## 高齢者の宿泊が出来ます！ (生活管理指導短期宿泊事業)

短期間老人ホームに宿泊し、生活習慣の指導を受けながら体調を整えます。  
1回あたり3日間程度の利用となります。

**対象者** 市内に在住の65歳以上の高齢者で、次のすべてに該当する方

- ひとり用の足りる方
- 介護保険の要介護認定を受けていない方

**申込** 市役所医療介護課へ「生活管理指導短期宿泊事業の申込です」と伝えて下さい。

## ボランティア

～ありがとうございました～

絵手紙の会 様	谷本 泰子 様	庭野キヨ子 様
太陽の会 様	ほたるの会 様	シャープの会 様
昔話りの会 様	福嶋 咲子 様	村山 安行 様
野口郷土芸能保存会 様	アロハレイブアブルメリア 様	

## 寄付

～大切にに使わせていただきます～

金沢 拓男 様	山田 正二 様	田中養豚場 様
志賀 定一 様	菅野 光男 様	風間 栄光 様
大平 美枝 様	藤巻 日出男 様	矢口 邦治 様
土市郵便局 様	株第四銀行十日町支店 様	
株玉垣製麺所 様	第一生命労働組合長岡支部 様	
	十日町市教育委員会松之山公民館女性ネットワーク事務局 様	

(平成29年7月1日～平成30年1月31日)

(順不同)

老人デイ  
サービスセンター

# つまりの里

変わり湯でリフレッシュ!  
レクで元気はつらつ!  
おまけに笑顔で健康

## ボランティア

### ●個人の皆様

上村明子様  
石口千栄子様  
小林キミ様

### ●団体の皆様

高山保育園様  
森の保育園様  
水沢保育園様  
鏡島保育園様  
慈光保育園様  
白梅保育園様  
水沢南部保育園様  
藤友会様  
扇踊会様  
(順不同)

(平成29年7月1日  
～平成30年1月31日)

## 祭 11月30日妻有祭



道路脇に飾らせていただいた看板。お花紙を丸めて貼るといった作業を時間をかけて作りました。



妻有荘天井全体に手作りちょうちんを飾りました。ちょうちんのイラストを切っては厚紙の両面に貼る作業を皆様がすすんでしてくださいました。

今年の妻有祭のコンセプトは“昔なつかしいお祭り”でした。ちょうちん飾りを手作りし、なつかしい雰囲気を感じることができるよう工夫しました。

その飾り作りを一生懸命お手伝いいただいたのが利用者の皆様でした。

妻有祭が終わったあとも、しばらく飾らせていただきました。



## こんな活動で盛り上げました!

### つんでつんで缶つみ!

ひっくりかえるよ~



○△□に切った板の下にある空缶をとって上にのせていくゲームです。バランスを崩すとガラガラガラ~と音をたてたおれるので皆様ハラハラしながら楽しんでいました。

### 茶話会

今年も良い年だったね



年末年始はお菓子を食べながらゆっくりと過ごしましょう。



来年もカゼをひかずにすごそう

### 節分



鬼は外 福は内



今年は赤鬼青鬼がきて大あばれしていききました。皆様思いっきり玉を投げつけていただきました。



### おやつ作り



ホットケーキやお好み焼きを作っておやつに食べました!

できたてホカホカでおいしかったです。



## インフルエンザ、ノロウイルスを予防する食事

### ●インフルエンザ、ノロウイルス予防にはバランスのよい食事が大事

- ・肉や魚、卵などのタンパク質を多く含んだ食品、ビタミンやミネラルが豊富な野菜、果物をまんべんなく食べるようにします。
- ・ウイルスの進入を防ぐには、体を温めることも大事。鍋、スープなどは体を温め、水分も取れるのでお勧めです。

### ●魚でビタミンDを摂取

- ・ビタミンDはウイルスを撃退するのに役立つといわれており、ビタミンDを取ることでインフルエンザにかかりにくくなったという研究結果もあります。
- ・ビタミンDは太陽に当たることで生成されるため、冬になってからもこまめに日光にあたり、ビタミンDが豊富な魚を食べるのがお勧めです。

### ●納豆や山芋に含まれるヌルヌル成分 ムチン

- ・ムチンは納豆、山芋のなどのヌルヌル、ネバネバの正体です。

人の気管や消化管、目などの粘膜をカバーし守ってくれます。このおかげで風邪やインフルエンザにかかりにくくする効果があります。



### ●免疫を高める、ビタミン、ミネラル

- ・ビタミンA,C,E は身体の免疫機能低下を防ぐ効果があります。

### ●ヨーグルト、ヤクルトでインフルエンザ予防

- ・最近ではヨーグルトをはじめとした免疫力を高める食材が注目されています。

### ●おすすめ料理

- ・ロールキャベツ…煮汁も栄養があり、栄養分吸収アップ
- ・ひじきの炊き込みご飯…海藻も豊富で免疫力アップ
- ・野菜スープ…色んな野菜をいれスープにすることで、ビタミン類が吸収されやすくなり体も温まります。
- ・イチゴとバナナのヨーグルト…果物でビタミンも取れ、ヨーグルトで免疫力アップ



社会福祉法人 妻有福祉会  
 養護老人ホーム 妻有荘  
 老人デイサービスセンター つまりの里  
 老人介護支援センター つまりの里  
 十日町南地域包括支援センター  
 高齢者専用アパート エスポワールさいわい

〒949-8525 新潟県十日町市新宮乙195番地3  
 TEL(025)758-2050 FAX(025)758-2861  
 老人介護支援センター直通(025)758-2243  
 地域包括支援センター直通(025)758-2324  
 エスポワール(025)758-4187

障がい福祉サービス事業所 エンゼル妻有  
 〒948-0054 新潟県十日町市高山1360番地1  
 TEL(025)752-0050 FAX(025)752-6688

グループホーム エンゼルハウス北新田  
 〒948-0041 新潟県十日町市川治596番地  
 ※TEL・FAXはエンゼル妻有と共通

障がい者地域生活支援センター エンゼル妻有  
 〒948-0082 新潟県十日町市本町2丁目333番地1  
 TEL(025)750-7180 FAX(025)750-7188

十日町市老人福祉センター 平成園  
 〒949-8551 新潟県十日町市馬場乙512番地1  
 TEL(025)758-3924 FAX(025)758-2390

デイサービスセンター アップルつまり  
 〒948-0082 新潟県十日町市本町2丁目4番地1  
 TEL(025)755-5087 FAX(025)755-5127

十日町市身体障がい者福祉センター  
 〒948-0054 新潟県十日町市高山884番地4  
 TEL(025)757-9438 FAX(025)750-1173

妻有福祉会ホームページ  
<http://www.tiara.or.jp/~tumariso/>

## 福祉サービスに関する苦情解決について

社会福祉法で定める社会福祉事業の責務を果たすために、利用者から寄せられる苦情等を適切に解決し、当法人のサービスを向上いたします。

### 1.「苦情等の範囲」及び「申出人の範囲」

苦情の範囲	申出人の範囲
特定の利用者からのサービスに関する苦情	サービス利用者、その家族、代理人
不特定の利用者に対するサービスの提供に関する申し立て	民生委員、施設・事業所の職員等、当該サービスの提供状況をよく知る者

### 2. 苦情解決「第三者委員」・小木曾茂子・馬場知子

お問い合わせ先 社会福祉法人妻有福祉会 法人事務局  
 ☎025-758-2050



妻有祭でのチャリティ募金で3,546円の寄付が集まりました。赤い羽根共同募金に募金をさせて頂きました。ありがとうございました。



## 妻有福祉会では、職員の募集を行っています



福祉にご関心のある方は法人本部までご連絡下さい。

## 編集後記

▽平成の時代が残り1年ほど、ということになってしまいました。30年ほど続いた時代、振り返ってみれば社会的にも個人的にも激変の時代であったように思います。次の時代には何が起るのか、不安と期待が入り交じります。▽昨今、フェイスブックやLINEなどといった、SNSの利用が進んでいるようです。こういった最先端の媒体での広報も検討していますが、これまで培った紙媒体での広報、という強みもあると思います。この強みをどう生かしていくか、今後も検討を重ねていきたいと思っています。