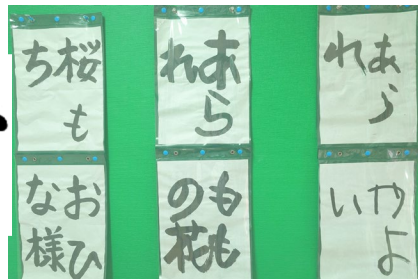




令和8年
(2026年)
3月号
Vol.75

もちのき

(社会福祉法人愛の森広報紙/一般用)



[発行]社会福祉法人愛の森(厚木市森の里青山 14-2(Tel:046(248)5211)) [編集発行責任者] 國分 隆之

「3000回！」は無理にしても

書道教室(2月17日(火))

いつも見る、ずっと見ている、たまに見ている、見てないけど知っている、といった違いはあれ、恐らくその存在を知らない人はまずおられないであろう、日曜夕方の長寿番組「笑点」。先月、3000回を迎えたとのことで、改めてその長寿力に驚きます。

広報紙名	時期:号数	備考
もちのき	S.63.7(創刊号)~H.6.1(14号)	B5ガリ版でスタート。
もちのき	H.6.4(一号)~H.7.3(第6号)	B4裏表等。ワプロ・手書き混成
もちのき	H.7.4(No.1)~H.8.11(10号)	B4裏表、ワプロ打ち。
もちのき	H.12.8(1号)~R.2.8(41号)	A4冊子(外注)。年2~3回発行
お知らせ	R.2.4~R.5.6(49号)	新型コロナ=家族への情報提供促進のため、ワドで内製。月1~3回
もちのき	R.5.6(42号)~現在	現在は月刊A4×4頁

比べるべくもないですが、一方の我が「もちのき」😊。今月号は75号ですがこれには紆余曲折があり、右表のとおり、何度か途切れつつ、復刊しています。コロナ禍での「お知らせ」も含めれば、今号で一応通巻150号くらいになります。

もっとも「笑点」はプロの方がつくる伝統ある毎週の長寿番組。一方の我が方は諸業務の間を縫ってなんとか素人編集委員会が発行を続けている月刊手作り広報紙、ということで、「もちのき」が3000号になることなど想像もできませんが(順調に発行できれば240年後🤖)、「笑点」さんを見習って、読者の皆さんに「座布団」をいただけるよう、明るい話題、くすっと笑っていただける日常を末永く提供できれば、と思います。

[國分 隆之]

[大雪と選挙!] 期日前投票組は行けたのですが…: 2月5日(木)

久々の真冬の総選挙ということで、特に北国での大変な様子を報道などで拝見していましたが、関東地方も、まさに、狙いすましたかのような投票日当日の大雪となりました。

この日未明から降り出した雪は朝方から降りが強まり、お昼頃にかけて大雪となりました。瞬く間に学園・学園周辺は一面の銀世界。「日曜日によかった～」と心の声を漏らしながら、学園近隣に住むお休みの職員も含め、週明けに備え、久々の雪かきに従事。翌9日(月)の朝も冷え込みましたが、森の里街道の樹氷!?並木がとてもキレイでした。

で、選挙の方はですが…。入所利用者さんの有志は、例によってドライブを兼ね、5日(木)に南毛利スポーツセンターの期日前投票所へ。関心の高さからか、雪の予想があったからか、駐車場渋滞が起こる程の盛況振りでした!

一方、スケジュールの関係で当日の投票を予定していたグループホームの一部利用者の方は、安全面も考え、不本意ながら断念せざるを得ませんでした…。



[カスタマイズ旅行2件！] 利用者さんそれぞれのニーズやご要望にあわせて！

例年、(福)愛の森では5月から11月にかけて、入所4組、通所・グループホーム(GH)各1組の計6グループで日帰り旅行に出かけます。一方、グループでの日帰り旅行が一寸苦手、あるいは馴染まない利用者さん向けには、極力、個別の日帰り旅行を企画するようにしています。グループ旅行のポストシーズンである年明け、2つの個別日帰り旅行を実施いたしました。

[個別日帰り旅行その1] お母様にもご参加いたたき、いちご狩りへ！：1月26日(月)

外出で不安感が強く見られていた最近のご様子や特性を踏まえ、「お母様とご本人でのゆっくり・のんびりな旅行」を職員がサポートさせていただき、というコンセプトで企画しました。出発時は不安そうな表情も見られましたが、昼食のあたりから表情も和らぎ、ハワイアンなお店でのお昼ご飯をご堪能！

いちご狩りでは、農園の方の説明をお聞きになるなり、早速いちごをもぎ取り、確保！初めて場所には若干緊張がある利用者さんでしたが、お母様と一緒にという安心感のもと、数種類のいちごを食べ比べ、楽しんでいただけたようです。



[個別日帰り旅行その2] 冬の旅行は、やはり「温泉」が定番！：2月20日(金)

寒い季節だからこそ楽しめる「企画」を！、ということで、箱根湯本に行ってみました。まずは途中の小田原・早川の「海鮮ビュッフェ ほうじょう」でお昼ご飯。「海鮮ビュッフェ」の名のとおり、様々なお刺身の新鮮なネタが時間内食べ放題！職員2名とのゆったりした個室にて、「おすしごはん」「ふらい!ふらい!」とリクエストの止まらないひとときでした。腹ごしらえをした一行は、目的地の箱根湯本「ホテルおかだ」へ。家族風呂と個室入浴の双方を堪能。学園での入浴は「1人でゆったり」とはいかない分、個室風呂では気兼ねなくのんびりと！お風呂を出てからは館内サービスのマッサージチェアで体をほぐし、休憩スペースでお昼寝など、同行職員ともども、のんびりと羽を伸ばすことができた一日でした。



[実習！] 利用者さんの特性や支援方法をじっくり学ぶ！：2月9日(月)～21日(土)

今年の学生さんも、入所の変則勤務から通所まで、全体をじっくり体験していただきました。

🐼 最初は戸惑いも不安もありましたが、言葉を通じてのコミュニケーションのある方、それ以外の方法の方など、皆さんの個性を徐々に知ることができ、貴重な体験となりました。また、感覚過敏のある方など、それぞれの特性・個性に応じた支援方法を実地で学ぶことが出来、印象に残っています。



[2月といえば!] 「節分・恵方巻」と、バレンタインデー：2月2日(月)・3日(火)、14日(土)

季節のイベントや風物詩は、利用者さんにとっての楽しみ、そして、季節感を改めて感じる「ハレ」のひとつ。2月といえば、言うまでもなく、節分とバレンタインデー！

今年の節分は、好天に恵まれた2日(月)の午前に園庭にて！「鬼は外！」といたいところですが、鬼は既に園庭に出現済(笑)👹。まずは定番どおり鬼に豆を投げる方、鬼に接近して記念撮影をせがむ方、何故か鬼と野球をしようとする方等々、鬼との交流も例年どおり個性的！
姿恰好が非常に職員に似ている鬼軍団👹は、お面・演出ともにクオリティが年々高くなっており、利用者さんとともに大盛り！多くの「福」が学園に呼び込まれたこと請け合いです！

3日(火)のお昼は、厨房手作りの恵方巻にお刺身の盛合せがついた豪華「節分ランチ」。例年、「恵方」に関心のない利用者さんが殆どですが💧、今年は「どっち向いて食べる？」と聞いてくださった方がおられましたので、スマホのコンパスにて正確な「南南東」をお示しし、「願いごとをしながら食べてね！」と申し上げると、ゆっくりじっくりと召し上がっていただきました。



そして…。2月のもう一つのイベントであるバレンタインデー！「チョコレートを皆さんに！」とのご家族からのご厚意を賜りましたので、予め、ネットにて美味しそうなチョコレート専門店を探し、注文済！普段スーパー等で購入するものとは違う、小粒で高級感のあるチョコレートのコクと香りを、皆で楽しみました。

[編集部からお詫び💧] 利用者さんが恵方巻を召し上がっている写真、撮り忘れてました。私「あいのもりふくろう」のイラストにてご容赦下さい。



[またまた受賞!] 第25回アダプテッドエアロビック大会@横浜：2月22日(日)

今年もまた、春の恒例「ファンケルスマイル 第25回アダプテッドエアロビック大会@横浜」に出演致しました。朝、東名高速の渋滞に巻き込まれ、ギリギリの到着でしたが、利用者さんは動揺することなくスタンバイ。例年どおりの笑顔で元気な演技となりました。[次ページへ。]

そして…。これまでも数多の賞をいただいている本大会ですが、今回はマルタの冒険というコンテンツに登場するマルタクンのデザインをした宮島永太良氏選出の「マルタ賞」を受賞！

帰りの車内ではみなさん、心地よい疲れとともに、「西日にぼかぼか当たりながらのうたた寝」を楽しみつつ、受賞の喜びをかみしめ、帰園しました。来年もがんばるぞ！



[研修] 利用者さんへのよりよい処遇は職員のメンタルヘルス対策から！：1月22日(木)

利用者さんに質の高い生活を継続的に提供していくためには、その支援等を行う職員のメンタルヘルスケアに関する対応も重要です。(福)愛の森では、過去に、関連する研修を何度か行ったことはありますが、継続的・組織的な取組みは十分ではありませんでした。

お仕事をしていると、どうしても気持ちの整理がつけられないことにぶつかることもあります。こうしたストレスとどう向き合うか、ということが、益々重要となってきている中、今回は、精神保健福祉士・公認心理師の外山愛先生をお招きして、「クライシスプラン」というツールによる「自分自身でできる振り返り」を通じたセルフケアやストレス予防について学びました。「クライシスプラン」は、自分自身の状態を「青信号」「黄信号」「赤信号」に分け、そのときの「心」「身体」「行動」の状態をシートに書き出し、客観的に観察することを通じ、自身の安定した状態を長く保とうとするものです。

参加した職員は書いた内容を言える範囲で発表し、それぞれの感性を共有しました。それが自分の、また共に働く仲間の状態のサインとして、「この状態になったら少し休もう」といった判断材料にしていくことを学びました。

自身の思いを言語化し、整理することが得意な職員も苦手な職員もいますが、今後は今回参加出来なかった職員も含め、それぞれのクライシスプランを使って自分自身の「今」の状態を捉え、セルフケアをしながら安定した自分を作り、より穏やかで明るい支援を目指していきたいと思えます。

外山愛先生には、来年度から、定期的に来園いただき、職員面談や職場観察を通じた助言などもお願いする予定です。どうぞよろしくお願い申し上げます。



○ 法人設立から間もなく40年。利用者さんの高齢化や施設の老朽化等が進むなか、私たちは、障害者総合支援法等に基づき国・自治体から支払われる報酬をベースに、出来る限りの経営努力を行いつつ、利用者さんの安全で楽しい毎日のための諸取組みを積極的に行っていきたいと考えています。

○ 一方、当法人の事業にご賛同いただき、ご支援いただける方からのご厚志はありがたくお受けしています。当法人では皆様からのご厚志(寄附金)は他の事業経理と区分して管理しています。皆さまのご厚志は、利用者さんの生活をより豊かにするためのサービス提供や、中長期的な施設建設積立てなどにもみ充当され、一般的な事業経費には流用されません。どうぞよろしくお願い申し上げます。

【寄附金についてのご照会窓口：(福)愛の森総務課(Tel:046-248-5211(代表)、担当:武藤・國分)】
 【寄附金受入管理専門口座：ゆうちょ銀行 / 記号 10950 / 番号 39350301 / 口座名義 77)アイ/リ】
 【領収証の送付手続き等もありますので、電話かメール(info@ainomori.or.jp)でのご一報も頂けると幸いです。】

