わくわくワーク通信
きくっちょ

平成30年9月25日
第111号
社会福祉法人　札親会
菊水ワークセンター

映画鑑賞会

８月２３日（木）もいわライオンズクラブさんのご招待で映画鑑賞会に行ってきました。

映画は「長靴をはいた猫」という猫が主人公の冒険映画です。地下鉄や車に乗って、狸小路の映画館に行きました。古き良き時代の映画館で真っ赤なシートに座り、始まるのをワクワクして待ちました。

会長さんからのご挨拶のあと、上映開始です。利口な猫が、３人兄弟の一番下の弟が幸せになるよう色々な方法で活躍しました。敵も出てきて、ひやひやしたり、ドキドキしたり。あっという間の上映時間でした。

最後に、兵頭さんと増川さんがステージにあがり、お花とお礼のご挨拶をして終わりとなりました。お土産もいただき、楽しい映画鑑賞会になりました。

～ 今月号のご案内 ～

1. 映画鑑賞会
2. つばさ会学習会
3. 班レクリエーション
4. みんなあーと
5. 栄養士から
6. 次月予定
職員紹介　他

がくしゅうかいはじ

学習会始まりました！

今年度からつばさ会の中で事前に利用者さんから学びたいことについての意見を聞き、その中から年に 3回つばさ会の中で利用者さんの方に各所属で学んでもらおうということで始めました。知りたいこと、気になることなど多くの意見を頂き第１回目の今回はワークセンターでは「地下鉄のマナー」、スズランでは「世界の挨拶」、ライラックでは「歯磨きの仕方」について学んでいきました。

ワークセンター

ワークセンターでは地下鉄のマナーについて皆さんに学んでもらいました。駅構内での携帯電話のルールや地下鉄車内での注意点や常識などを学んでいます。皆さんに車内での迷惑行為について聞いた際、「携帯電話での通話！」「ゴミを捨てる！」などの多数の意見や質問が出てきて積極的に参加されていました。地下鉄での不快と感じる行為や迷惑行為を学び、今回学んだことを忘れないよう普段から地下鉄に乗る方もそうでない方も皆さん心掛けて利用されて欲しいです。

スズラン

スズランでは世界の挨拶について学んでいきました。一般的に使われる挨拶として「ありがとう」と「こんにちは」を各国ではどのように言うのかをプリントを使用し学んでいきました。初めて聞く言葉などもあり、皆さん興味深くお勉強されていました。今回学んだ挨拶の他にも違う言葉を学びたいと意見が出たりと皆さんとても意欲的でした。その他の国の言葉や挨拶などにも興味を持ってもらえればと思いました！

ライラック

歯磨きの仕方についてクイズを混ぜながら学んでもらいました。その後は実際に学んだことを染め出しを行い実施して、皆さんしっかり理解されており皆さん学んだことを意識しながら歯磨きを行っていました。職員が磨きあがりを確認し、磨き残しのある方は再度学んだことを実践してもらうことで皆さん、とても綺麗に歯を磨くことが出来ていました。今回学んだことを、毎日の歯磨きで忘れずに行ってほしいです！

班レク　今年もはじまりました！

今年も皆さんが楽しみにされている班レクが始まっています！
今回はリースキン班と、スズランの班レクの様子をご紹介します。

リースキン班

8月3日（金）リースキン班の班レクが実施されました。今回は新千歳空港と道新総合印刷工場の見学です。新千歳空港では、好きな方も多い「ドラえもんわくわくスカイパーク」へ行き、ドラえもんとの記念撮影等で楽しみました。その他、展望スペースで飛行機の離発着を見たり、アイスを食べたりと有意義な時間を堪能。午後からの道新総合印刷工場では、時間の関係で工場が動いている様子を見ることはできませんでしたが、どのように新聞が配達されているのか等を学ぶことが出来ました。
お昼ご飯は、みんなの好きなバイキング！こちらもお腹いっぱいで満足できたようですね！

スズラン

9月13日(木)スズランの班レクを行っています。テーマは「様々な仕事を知ろうin千歳！」という事で行先は新千歳空港とサーモンパーク千歳でした。胆振東部地震から１週間、震源地にほど近い千歳ともあり、レクを実施できるか前日まで心配していましたが無事に行う事ができています。新千歳空港では、一部の土産物屋のみ営業と少々閑散とした様子で、ドラえもんのスカイパーク等を楽しみにされていた方達は残念そうでしたが、空港内を見て回り、お土産を買ったりしています。また、サーモンパーク千歳では産卵の為に遡上してきた鮭の泳ぐ姿を見る事ができました。
昼食は皆さんが楽しみにしていたバイキング！焼肉やお寿司をたくさん食べお腹いっぱい！でした。

みんなアートに出品しました！

９月２０日から２２日の３日間、かでる２．７で『みんなアート２０１８』が開催されました！菊水ワークセンターからは２つの作品を出品しています。一つ目はボックス班で作成した「世界の国からこんにちは」というタイトルの国旗の貼り絵です。１年ほどの期間をかけて作成し、とても完成度の高い作品に仕上がりました！もう一つは、山上一広さんの「トイレステーション」という作品です。トイレの世界のようなものが描かれており、とても個性的な作品となりました！

地球は、土台に半紙を貼り、絵の具で青く塗っています！

トイレの絵を貼っています！

世界の国からこんにちは

トイレステーション

見学に行きました！

そして９月２１日にはボックス班のメンバーでかでる２．７に足を運び、自分たちの作品が飾られているところを見に行っています！全道から出品される５００点ほどの作品の中から選ばれた１００点ほどが飾られており、絵画や立体作品など様々な作品を鑑賞し、「すごい！」や「迫力があって感動した！」など皆さん大変喜ばれていました！

栄養士から　～噛む事の大切さについて～

噛む事は健康の第一歩です。私たちは一回の食事でどのぐらい噛んでいるのでしょう。私たちは普段、噛むことをあまり意識せず、ただ「物を噛み砕く手段」として行っていますが、実はとても重要な役割を果たしているのです。それを以下にまとめてみました。

・唾液がたくさん出る

口の中の細菌繁殖を抑え虫歯を防ぎ、乾燥防止により発音しやすくなります。

・肥満を予防する

脳の満腹中枢に刺激が届くのは食べ始めてから20分かかるといわれているので、ゆっくり噛むことが大事です。

・脳の血流が良くなる

噛むことにより、脳の血流が増え記憶力や集中力などが高まる効果があるとされています。

・発音や表情が良くなる

よく噛むと口の周りの筋肉が鍛えられるので口の動きが良くなり、言葉をはっきり発音できるようになります。また、顔の筋肉も同時に鍛えられるので顔が引き締まり、表情が豊かになる効果も期待できます。

他にも噛み応えのある物を取り入れることや、食べ物を水分で流し込まない事で唾液を十分分泌させ、消化酵素の働きを弱めないことなどが大切です。

よく噛んで　美味しく食べて　元気な生活を送りましょう！！

新職員紹介

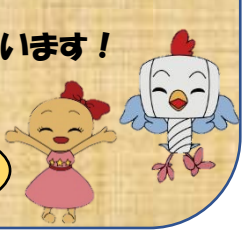
太田　七彩さん

9月10日からライラックで勤務しています太田　七彩です。初めてで分からないことも多いので、みなさんと一緒にお仕事しながら勉強していきたいと思います。よろしくお願いします！

お知らせ

菊水ワークセンター本体のリースキン班に所属していた岸本　亘平さんですが、6月をもちまして退所し、他事業所へ異動となりましたことをお知らせ致します。

新しい場所でのご活躍を期待しています！



頑張ってね！！

行事予定

〈10月〉

3日（水）つばさ会
11日（木）一泊旅行④
12日（金）一泊旅行
24日（水）リフレッシュ活動
- 温泉
- ラウンドワン
- スウィーツバイキング

25日（木）一泊旅行③
26日（金）一泊旅行

※胆振東部地震により中止となりました（9/6～9/7予定）一泊旅行③につきましては、10/25（木）～10/26（金）に振り返えて実施いたします。

〈11月〉

7日（水）つばさ会
14日（水）インフルエンザ予防接種

販売予定

〈10月〉

北海道ナイスハートバザール
2日（火）アリオ札幌
3日（水）アリオ札幌
4日（木）アリオ札幌
（1階催事場）
13日（土）夢市場厚別

〈11月〉

未定

※予定は変更となる場合がありますので、ご了承ください。

マドレーヌ・クッキーのご注文
日中一時支援・施設利用等各種
ご相談・通信に関するお問い合わせ

編集後記

胆振東部地震から3週間ほどが経ち、生活も徐々に戻りつつありますが、被害の大きな所は一日も早い復興を願いたいと思います。今月は後半の一泊旅行やリフレッシュ活動の第二弾が実施されます！食べ物の美味しい時期となりますので、この季節をおもいきり満喫しましょう！

社会福祉法人　札親会
菊水ワークセンター
札幌市白石区菊水１条４丁目５－１
TEL０１１－８３１－６１６１
FAX０１１－８３１－６０１８
札親会ホームページ
http://www.satsuoyakai.or.jp