

理事長の一月

理事長 西脇 朗夫

明けましておめでとうござ
います。皆さんはどのような
お正月を過ごされましたか？

私は二日に近所の神社に初
詣に行つて、おみくじを引い
てまいりましたら何と大吉。
二十数年ぶりではないかと感
動をしていたのですが、いい
話と言うのはそれぐらいで後
はいつもと変わらない正月を
過ごしました。

さて話は変わりますが、年
末に行われた衆議院選挙の結
果を受けて、きな臭い話がど
んどんニュースに流れていま
す。一つ目は介護報酬の引き
下げ。光熱費や食費などが消
費税アップによる値上げが相
次いでいる中、「一体どうす
りやいいの？」と疑問の声が

出てしまいそうな案が厚生労
働省の中から出ています。

引き下げの理由として福祉

事業所の中で内部留保をして
いる法人があるからだそう

で、この理由は全く納得のい
かないものだと私は強く憤り
を感じています。一方で大企
業の内部留保は放置している
し、その上法人税減税まです
るのに、なぜ福祉だけピンポ
イントで内部留保の攻撃をす
るのか？ そもそも消費税を
上げたのは福祉の為ではない
のか？ また措置制度の時に
は建物の費用は基本的に行政
負担だったのが現在は施設負
担になる為、建て替え時期に
来ている施設は内部留保をし
ていないと存続も難しくなる

為これは必要な費用なのにと
思います。

二つ目はオーストラリアと
共同で潜水艦を作るという

話。そもそも日本は、兵器を
作ったり輸出したりは出来な
いのですが、同盟国と共同で
あれば可能だという主張の
下、計画が練られているとか。
日本が九条の誇りを捨て、「死

の商人」になろうとしている
のではないかと懸念します。

三つ目は「わかば」「しん
せい」などの安価な銘柄のタ
バコの税改正。翔夢の利用者
で生活保護を利用している方
の中にはタバコがやめられな
い方もたくさんいて、その方
達が吸っているのがこれらの
銘柄。これの税を上げるとい
うのが財務省案で検討されて
います。

生活保護なのだからタバコ
は贅沢と言う方もおられると

思いますが、障害があるがゆ

えに生活保護の状況でその上、

障がい者雇用の枠もどんどん

狭まり、賃金も生活保護以下

しかもらえないケースがほと

んど、そんな中で障がい者は

どうしたら一人前の暮らしが

出来るのでしょうか？障がい者

はタバコを吸うな！お酒を飲

むな！贅沢はダメ！というの

でしようか？健康の為に止

めた方がいいものもあります

が、今の政府は障がい者は一

生、家でじっとしとけと言っ

ている様な気がします。

いいことはもちろん、悪い

こともせめて健常者と同等に

なるように、当事者も家族も、

そして我々翔夢の職員一同も

一緒になつて作り上げていく

法人を目指して、今年も何卒

翔夢へのご指導、ご協力の程

宜しくお願い致します。

第4施設の取り組み

奈良で606061日



いにしえのロマン漂う山道のをんびりと歩きながら、心地よく疲れてきたところで両チームが合流。そのまま全員で若草山のふもとまで行き、さわやかな日差しの中でランチタイムを過ごしました。かわいらしい鹿の群れに好奇心の目を輝かせ、のびのびと過ごしている利用者の姿が印象的でした。

(島村 裕美)

十一月二十一日、ジョイネット長吉第二のみんなで、三台のワンボックスカーに分乗し、奈良に出かけました。名付けて、「奈良公園と東大寺・春日大社めぐり」。

現地に着いてみるとそこらじゅうに鹿、鹿、鹿・・・！東大寺コースと春日大社コースの二手に分かれて散策し、それぞれ歴史ある壮大な建造物を前にみんな目を丸くして、写メを撮る方もおられました。



入選写真作品のご紹介



ハートネットの鈴木友宏さんの写真が「ビッグ・アイ アートプロジェクト」の作品募集で佳作入選されました。作品はハートネットにも掲示しています。



題名「あらあらしい水の音」

生野支援学校文化祭を見学しました

十一月二十八日(金)午後、今回は学習として、ジョイネット長吉第二の利用者さんを通じて、生野支援学校文化祭の見学に行きました。

支援学校に到着すると、支援学校の先生方に手厚く歓迎して頂き、会場へ案内されました。

ここでは劇や音楽の鑑賞が行われ、先生方は利用者さんに礼儀や集中力の促し、面白い

十一月二十八日(金)午後、所は共感する等、利用者さんの教育にも力を入れていました。

一緒に行った翔夢の利用者さんも、集中できていなかった所もありながらも、最後まで楽しみました。

今回の見学は非常に勉強になりました。最後は無事に施設に帰って一安心です。

(楊 凱如)

卒業生インタビュー

第二回目となりました卒業生インタビュー。今回もお仕事に就き頑張っている翔夢の卒業生、綾昭博さんにお話を伺いました。

|| 現在、どういったお仕事をされていますか。

綾…私の仕事場は二つの事業

所に分かれており、発達障がいや知的障がいを持った子どもさん達の送り迎え等を行う

ガイド支援と、日中活動のお世話をして生活能力を上げる支援をそれぞれ行っています。

|| そのお仕事に就いたきっかけはありますか。

綾…(翔夢の) 理事長に、ここに初めて来た時に、ヘルパー



の資格を取る事を薦められて、そこで福祉に興味を沸かしたので志望しました。

|| 次に、お仕事のやりがいを教えてください。

綾…利用者さんの成長が見られた時にやりがいを感ずるということは勿論、自分自身も「働けて楽しい」「充実している。」と感じられる所にも

やりがいを感ずりますね。

|| お仕事のストレス解消法は何かありますか。

綾…自然の物を見て四季を感じる。買い物をする事です。

|| 翔夢にいた時の思い出はありますか。

綾…ヘルパーの資格を取ってからは、ジョイネット(生活



介護事業)で、食事介助や車

椅子介助等の勉強をさせて頂いていました。他にも、皆の前

に立って体操の指導をしたり、良い経験ができましたね。

|| 今、就労を目指している方にアドバイスがあれば。

綾…報連相(報告・連絡・相談)や、気持ちの良いマナーは当

たり前にできるようになっていた方が良いと思います。諦

めてしまったらせつかく皆さんが持っている伸びしろが無駄になつてしまうと思うので、

今行っている作業も、「根気」と「スピードアップかつ完成

度アップ」を意識しながらやっていくと、いつか大きな力に

なるのではないのでしょうか。

|| 翔夢の職員という言葉で印象に残っていることはありますか。

綾…前の仕事を辞めて不安だらけの時に、理事長に「二〇年でも二〇年でも面倒見るから、うちへ来い。」という事を言っていたら、ホッとしたのを覚えています。

|| 最後に一言お願いします。

綾…まず、健康が第一です。根気強く、粘り強くやっていけば先が開けると思うので、皆さん頑張ってください。

綾さんのように皆の前で喋る機会を増やしたり、翔夢の施設に研修に行くという試みをする、就労へ一歩進めるのではないかと思います。皆さんもお近くの職員に声を掛けて、一歩踏み出してみませんか？

綾さん、本当にありがとうございました。

(聞き手…真鍋 亜衣)

意見や夢、感じ方の違いを大切に

映画クラブ

みなさんこんにちは。映画クラブの紹介をさせて頂きたいと思います。

利用者の皆さんから語りあいの場として「みんなと話がしたい、情報交換がしたい」などの意見から生まれたクラブです。月一回、火曜日（予定）に今まで自分の出会った映画の感想やこれから見たい映画の話、上映会を行っています。

夢は、

映画を作りたい

意見や夢、感じ方の違いを大切にしよう！ どうせ、家にいるなら

最高の喜び



を目標して！
をモットーにしています。
映画を通して自分の意見を相手に伝えるには、人の前で話すのが恥ずかしい等々・・・、映画を足掛かりに成長していきます。
（西牟田 篤史）

翔夢のクラブ活動

こんにちは。月に一度、利用者様のお母様が講師として来てくださり行っている書道教室でしたが、参加人数も多

くなってきたという事もあり、十一月より書道クラブとして新しいスタートを切りました。それと同時に私、古川が顧問

をさせて頂いたこととなりました。書道の経験は全くありませんが、皆様に楽しんでいただけるようお母様や皆様のサポートをしていきたいと思っておりますのでよろしくお願ひします。

書道クラブが変わってから二回行いました。一回目は年賀状の作成です。お母様の手本を参考に皆様、真剣に字を

書かれています。

二回目は、来年の目標を書きました。素敵な目標をたくさん書いてくださいました。

今後もしろいろな文字に挑戦していきたいと考えていますのでよろしくお願ひします。

（古川 恵理）



書道教室がクラブになりました

書道クラブ

障がいを知ろう

機能訓練について

ジョイネット長吉第3 坂野 剛

機能訓練は、身体の維持を
図ったり現状維持をするため
に行っています。

てしまいます。

具体的には、肘の曲げ伸ば

しで腕に力が入るようになり、

足を鍛える事で足の動きが出

て、歩行の時にも足が前に出、

転倒防止にもつながっていきます。

筋肉硬縮がある方には、ス

トレッチ・軽擦によるマッサー

ジを行って筋肉を柔らかくす

る事で血流もよくなります。

肩が凝っている方には、肩

を廻したり上げ下げをするこ

とで筋肉が柔らかくなり、凝

りもほぐれ、肩まわりが楽に

なります。全体で行う際は号

令を利用者様にかけてもらう

ようにすると、失語症の方に

立位を取ることが難しくなっ
てきます。関節の曲げ伸ば
しは、日常生活すべての運動
の基礎であり、曲げ伸ばしが
出来ない姿勢を維持する事・

も良い取り組みとなります。

お腹周りの筋力低下を防

ぎ、背中から腰に掛けての歩

行時に必ず使う筋肉作りの為

に、椅子に座りながら体を前

後ろに動かす訓練がありま

す。単調な運動ですがこれら

の筋肉は日々の生活の中で使

う重要な部分であり、結果、

歩行が安定されてきている方

がおられます。

また、パーキンソン病を持

たれている方には、パーキン

ソン体操と言われる運動を続

けていきます。体操は体力の低

下を防ぎ、筋肉・関節を柔ら

かくして動作を滑らかにする

ために必要で運動機能の向上

や維持になります。内容とし

ては、口を大きく開けても

らったり閉じたりすることで

顔の筋肉のこわばりを改善、

顎まわりの筋肉をやわらげて

食事がとりやすくなったり

しやべりやすくなるように行

います。歩行の運動では、一

定の間隔の目印をまたぎ歩く

ようにしています。本人から

も目で分かる為、小走りにな

らずゆっくりと足を前に出そ

うとする意志が出ているとの

意見も伺えています。パーキ

ンソン体操は「毎日続ける」・

「ゆっくり・大きく」行うのが

効果的です。

機能訓練は、身の回りの動

作・コミュニケーションなど

の障がいに対して失われた機

能の回復を促すとともに、残

存機能を最大限に引きだす為

に取り組んでおり、それが生

活の中でADL(日常生活動

作)の低下予防となっています。

☆厨房取材コーナー 第4施設



第四回目になります厨房取材！今回は第四施設に行ってみて参りました♪

十二月九日（火）、この日の給食は「ミックスフライ」。レンコン、アジ、ササミ、サトイモの四種のフライがお皿に盛りつけられ、非常に美味しそでした。食べたかったなあ：

さて、この第四施設厨房の特徴は何と言っても利用者さ



第4施設担当の村田さん（左）、中村さん

んと距離の近さです。利用者さんと接する時間が施設の中で一番多いため、時には、「〇〇食べないとダメだよ〜。」「〇〇君、気を付けて運んでよ〜。」という風に、利用者さんに声をかけることもあります。取材に行った時も大きな声で親しく話かけていたというのが印象に残りました。また、第四施設厨房では利用者さん一人一人の食へのこだわりにも、各施設の中

一番対応して下さっています。それも利用者さんと距離が近いという所以なのかもしれません。

今回のご協力は、笑顔の素敵な村田さんと中村さんでし

バザーグループより

近鉄上本町店 展示即売に出店

今年も十一月二十日〜二十日までに、大肢協様にお世話をいただき、上本町の近鉄百貨店の展示即売会に参加しました。二十一日は売り場の担当となり、使用者様二名・職員二名が一日頑張りました。利用者様も来られたお客様に対して丁寧な言葉で接客できていて、職員としてすごくうれしかったです。毎週のバザーに

た♪ ありがとうございます。さて、次回はついに厨房取材最終回となりました。ワークネットつるみ厨房からお送りします。

（真鍋 亜衣）

一年を通して取り組んできた成果だと思えます。「本当にありがとうございます！感謝しています」

一位・ふわふわ招き猫、二位・

招き猫貯金箱と革商品、三位はビーズブレスレットでした。

来年も皆で考えてよい商品づくりをしていきたいと思っています。（坂野 孝）



翔夢 Nity No.79 もくじ

- P1.....表紙
- P2.....理事長の1か月
- P3.....第4施設の取り組み
- P4.....卒業生インタビュー
- P5.....クラブ活動
- P6.....障がいを知ろう
- P7.....厨房訪問・バザー
- P8.....厨房からのお便り

賛助会員入会のお願い

「翔夢」の活動をご理解いただき、
賛助会員にご入会ください。

募金・賛助会費振込先

- 郵便振替
口座番号 00980-8-317336
口座名義 特定非営利活動法人 翔夢
- 三菱東京UFJ銀行 平野南口支店
口座番号 普通 4636394
口座名義 特定非営利活動法人 翔夢

厨房からのお便り

皆さん、冬の寒さ対策はされていますか？
料理で寒さ対策といえば、体を温める食材を温かい料理で召し上がることだと思います。
そんな体を温めてくれるお料理の定番「豚汁」をご紹介します。
是非とも、冬の寒さ対策に作ってみてください。

【豚汁】 [材料] (4人前)

- | | | |
|---------|-------|------------------|
| 豚バラスライス | 60g | 3cm幅くらいにカット |
| 大根 | 1/4本 |) |
| 人参 | 1/2本 | |
| ゴボウ | 1/2本 | 2cm程度の乱切り |
| 薄揚げ | 1/2枚 | 縦半分にカットし5mm幅にカット |
| 白ネギ | 1/2本 | 2cm程度のぶつ切り |
| 里芋(冷凍) | 8個くらい | 皮をむき、酢水にさらしてカット |
| こんにゃく | 1/4丁 | 水 1200cc |

だしパック

A 濃口醤油・合わせ味噌・ほんだし



- ① 水にだしパックを入れ、だしをとる。
- ② ①のかつお出しに豚肉をいれ火を通し、大根・人参・ゴボウ・こんにゃく・薄揚げを入れ、具材に火が通ったら最後に里芋を加え火を通す。
その後、Aを適度に加え調味し、最後に白ネギを加える。
※あくはこまめにすくいましょう。



アルミ缶・スチール缶、ご提供ください!

回収無料

NPO法人「翔夢」では、あき缶のリサイクル活動も行っております。ご連絡頂ければお引取りに伺います。ご協力お願いいたします。

06-6760-6181

まで