

かまいし ワーク・ステーション だより

～ 2023年(R5)4月号 No.139～



社会福祉法人 翔友
岩手県釜石市鶴住居町
第25地割13番地43
TEL: 0193-55-6031
FAX: 0193-55-6032

川畑所長より新年度のご挨拶

皆様、ご無沙汰しております。初めましての方もいらっしゃると思いますが、この度、所長に就任しました川畑と申します。よろしくお願ひいたします。

思えば20年前の『2003年』かまいしワーク・ステーションは、身体障害者通所授産施設として、片岸町に建設され開所しました。障害者自立支援法の制定により、授産施設から就労移行支援・就労継続支援B型事業所へ移行となりました。東日本大震災で被災して、『2013年』に現在の鶴住居町へ移転・新築しました。そして、節目となる本年『2023年』社会福祉法人翔友は、上中島町の市営住宅跡地に、地域福祉の発展に寄与・貢献すべく、新たに福祉事業所建設を計画しております。

かまいしワーク・ステーションは、当法人の母体事業所として何かと忙しい一年になりそうですが、職員一同丸となって難局を乗り越えたいと思います。みんなで仲良く協力し合い、明るく楽しい事業所を目指します。温かく見守り頂けます様、よろしくお願い申し上げます。

～退任のご挨拶～



いつもお世話になりまして、ありがとうございます。さて私ことですが、3月31日をもって役職定年となりましたので、施設長の職から退くこととなりました。関係各位の皆様には、多大なご協力を頂き感謝しております。4月からは、かまいしワーク・ステーションで総務関係の仕事をすることとなりましたので、これからも宜しくお願い致します。 藤原恵子

令和5年度 職員体制 ～かまいしワーク・ステーション～

管理者	川畑克弘
サービス管理責任者	土手聖子
目標工賃達成指導員	山崎将生
生活支援員	藤原恵子
生活支援員	原田ゆかり
就労支援員	中館広文
職業指導員	佐々木恵
職業指導員	倉沢良信
職業指導員	菊池美穂
職業指導員	土門正人
送迎運転手	阿部良治
調理師	高木和子
調理員	及川由美子



健やかな体へ

～I love me でいいじゃない～

長かったマスク生活も3月から緩和されて、久しぶりの素顔での生活シーンが増えつつあります。マスク着用中は顔の運動不足から表情筋が衰えてしまい、筋力の老化を早めてしまうそうです。口を閉じた時に、舌が上あごについている状態が良いのですが、下あごに落ちていたり口が開いてしまうのは、舌の筋力も衰えてきて、呼吸が浅くなり表情筋の衰えを加速します。

自分では笑っているつもりでも口角が下がって無表情に見えたり、活舌が悪くなるなどのデメリットも！脱マスクに向けての、表情筋を鍛える簡単なエクササイズがあるのでご紹介いたします。

①口全体を大きく開いて「あ」と発音→真横に伸ばして「い」→口をすぼめて「う」→笑顔を作り口角を上げて「え」→口を大きく縦に開いて鼻の下を伸ばすようにして「お」→これを5秒程度キープしましょう。

②唇を閉じて頬に空気を入れる→口内の空気を右に移動させ5秒→左に移動させ5秒→口全体に空気を入れて5秒→これを2～3回繰り返します。

鏡を見ながら行うのも良いと思います。駄菓子コーナーにある「拭き戻し」を使うのも効果があるそうです。

春本番、表情も明るく過ごしましょう。



職場実習がありました！

遠野職業訓練協会様より訓練生の職場実習の受け入れをしました。2月8日(水)～3月3日(金)の間で15日間の実習でしたが、職業指導員として業務を頑張って頂きました！お疲れ様です。



宇夫方正美さん…1か月間という短い期間でしたが、通所されている人達と共に楽しく仕事ができ、嬉しかったです。ありがとうございます。

編集後記

春の日差しに、気分がウキウキする季節を迎えました。自宅の窓を開けると沈丁花のいい香りがしてきます。通学途中の子供達も「いい匂いする！」と喜んでる声を聞くと、こちらも嬉しい気持ちになる春の朝です。新年度がスタートしました。ワークだよりを担当して2年目に入りますが、楽しい話題を提供できるようにアンテナを張って頑張りますのでよろしくお願い致します。(原田)



桃の節句ひなまつりの行事食を頂きました♪ ちらし寿司やお吸い物など華やかなお膳にウキウキです。いつも美味しい食事を作ってくれる厨房職員さんに感謝ですね！自治会からは、ひし餅と甘酒などのお菓子が用意されました。ありがとうございます(▽▽)



私達、桃の節句の主役です！



美味しい食事にピース



小林自治会長も準備が終わりほっと一息♪ お疲れ様です！

販売会 in うのすまい・トモス 4周年イベント♪

3月19日(日)に、うのすまい・トモスの4周年イベントwithひとつの街が行われ、釜石市内外から飲食店やハンドメイド商品のお店が約30店舗集まりました。数量限定のホットワイン風ドリンクのおふるまいや鶴住居虎舞の披露もあり、おたのしみ企画万歳の会場は訪れた人達で賑わったようです。ワークでは、菓子工房の菓子販売で参加させて頂きました。

