

# かまいし ワーク・ステーション だより

～ 2021年(R3) 11月号 No.122～

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



## 11月の誕生月の花=シクラメン

花言葉『内気』『はにかみ』『清純』『きずな』『愛情』『思いやり』『緻密な判断』  
シクラメンは英語で「sowbread (豚のパン)」とも呼ばれます。これはシチリア島でシクラメンの球根を豚が食べ荒らしたことに由来します。日本でも「豚の饅頭 (ブタノマンジュウ)」という別名がありますが、これはパンという言葉がわかりにくい時代に饅頭として日本語に訳されたものです。夏の暑さが苦手なことから、かつては鉢植えにして栽培されることが多かったのですが、小型で丈夫なガーデンシクラメンが登場し、ガーデニングや寄せ植えの花材に利用される機会が増えていきました。

## ～気仙光陵支援学校より実習生が来ました～

気仙光陵支援学校高等部3年生の浜名光さんが、10月4日(月)～15日までの2週間、木工・クリーニング・シュリンク・部品作業を行いました。  
基本マイペースで物静かな光さんですが、作業は粘り強く、色々なことに挑戦しながら最後まであきらめず取り組むことが出来ました。  
10日間頑張りましたね。お疲れさまでした。



昼やすみは散歩や  
ダーツをしました

## 『農福連携説明会』に参加しました

主催：岩手県(運営事務局【社福】岩手県社会福祉協議会) 共催：釜石市産業振興部

目的：特別支援学校の生徒が地元農家との農作業体験を通じて農業への理解を深めるとともに、農福連携の促進と、生徒の進路選択の幅の拡大を目的として開催されました。

令和3年10月15日【金】かまいしワーク・ステーション多目的ホールにて、釜石祥雲支援学校の生徒さん11名とかまいしワーク・ステーションの利用者数名が参加し合同で行われました。  
甲子柿の里生産組合長様より『育てる～収穫～商品にする』 釜石市産業振興部水産農林課産業振興係 櫻庭主任様より『釜石市の特産品「甲子柿」について』の説明を受け、その後みんなで甲子柿のみがき作業体験を行いました。釜石市の特産品を通して生徒さんたちと交流できたことはとても良い楽しい経験になりました。  
今後も“釜石の甲子柿”一緒に盛り上げていけると嬉しいです。ありがとうございました。



こんな感じにみがかんだよ



## 2021年11月14日(日)は世界糖尿病デー ～インスリン発見100周年～

2021年は、1921年にフレデリック・バンティング先生とチャールズ・ベスト先生がインスリンを発見されて100年の記念すべき年で、11/14はバンティング先生の誕生日です。

### インスリンとは？

すい臓のベータ細胞で作られるホルモンです。糖分を含む食べ物は消化酵素などでブドウ糖に分解され、小腸から血液中に吸収されます。食事によって血液中のブドウ糖が増えると、すい臓からインスリンが分泌され、その働きによりブドウ糖は筋肉などへ送り込まれ、エネルギーとして利用されます。

### インスリンが上手く働かなくなったらどうなるの？

糖が体にたくさん入ってくると、インスリンが血液中の糖を運ぶためにバンバン働いてすい臓が疲れてしまい、だんだんインスリンホルモンの働きが悪くなってしまいます。(肥満や運動不足、食べ過ぎによって、すい臓が疲れてしまいます)  
インスリンがうまく働かなくなり、血液中の糖が増えたままの「血糖値が高い」状態のまま放置されると、血液のなかにあふれた糖が血管を傷つけてしまい、心臓病や失明、腎不全、足の切断といったより思い病気になるってしまう可能性も・・・  
血液の中が糖だらけで血管がボロボロになってしまいます。

### 2型糖尿病

最も一般的な糖尿病で、10人に9人以上はこのタイプです。  
若い人でも発症する場合がありますが、40歳を過ぎてから発症する場合はほとんどです。すい臓はインスリンを作り出しますが、2型糖尿病では、量が十分ではないか、作られたインスリンが十分作用しません。  
症状初期の段階では自覚症状がまったくないことが多く、症状があらわれるとしても、非常にゆっくり、少しずつあらわれます。症状としては・・・

- ・疲労感 ・皮膚が乾燥して痒い ・手足の感覚が低下する、または、チクチク指すような痛みがある ・頻尿 ・目がかすむ
- ・感染症によくかかる ・切り傷やその他の皮膚の傷が治りにくい ・空腹感やのどの渇きがひどくなる・・・等

このような症状があるときは、早めに相談を！



けんこう こころ からだ つく  
健康な心と体を作ろう！

からだ  
～体のはなし～



新しい  
仲間を  
ご紹介します



10月6日(水)より  
佐藤 伸明さん  
「よろしくお願いします。」



10月19日(火)より  
川畑 貴宏さん  
「皆さんお初です。  
お鍋の恋しい季節になりました  
が何卒よろしくお願いします。」

## 防災 避難訓練

10月25日(月)  
避難訓練を今回は消防士立ち合いで行いました。職員玄関から出火したという想定で行いましたが、みんなてきぱきとスムーズに行動できていました。消防士さんからも「上手にできました」とお褒めの言葉を頂きました。  
日ごろの訓練がいざというときに役に立ちます。これからも真剣に取り組ましましょう。皆さんお疲れさまでした。



水消火器を使っでの訓練

消火器は炎にかけないで火の元にむけてかけます。 =消防士=



10/24(日)秋晴れの中 Tetto 前広場で開催されました“軽トラ市”に参加しました。久しぶりの販売会でしたが、人出はまだまだかな～といった印象。早く賑わいが戻ってほしいです。そのような中でも、少しずつ販売会の動きは広がってきています。10/28(木)には保健福祉センターでの合同販売会や、みやこワーク・ステーションでの販売会などに参加させていただきました。合同販売会の販売担当今回は福士一真さんです。「全部売れたのでうれしかったです」と言っていました。自分たちが作ったお菓子を販売できる機会が増えてくれるとうれしいですね。

## HAPPY BIRTHDAY!

11月生まれ  
お誕生日おめでとう

- 11/1  
・・・吉田恵美子さん・・・  
体調に気を付けて仕事を頑張ります
- 11/11  
・・・菊地浩人さん・・・  
休まずかよえるように頑張ります
- 11/26  
・・・多田弘毅さん・・・  
一日一日をがんばります
- 11/28  
・・・福士一真さん・・・  
これからもよろしくお祈りします。  
今月で二十歳になります

編集後記

紅葉が進み山に赤みが増えてきました。コロナが落ち着いてきているこの頃、そろそろ出かけてみようかな～と考えている方もいるのではないのでしょうか？いざ出かけられる状況になったら「さてどこに行こう？」と悩みます。すっかり自粛生活が染みついてしまっている感じがしますが、もう少し安全になってから…ともおもいます。だんだん寒くなってきました。風邪などひかないよう健康に過ごしましょう。(土手)