

# かまいし ワーク・ステーション だより

～ 2020年(R2)10月号 No.109～



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



神無月(かなづき)

この月に日本中の八百万(やおよそ)の神様が、出雲の国(島根県)に集まり会議を開き、他の国には神様がなくなってしまうことから「神無月」と呼ばれてきました。神様の集まる出雲の国では「神在月(かみありづき)」と呼ばれています。

## =チラシ折り作業=

釜石市健康推進課様より、インフルエンザの予防接種のチラシを折るお仕事をいただきました。9月上旬から、ホールのテーブルをきれいに拭き上げ、手をきちんと洗ってから、手伝える方たちが参加してチラシを折りました。初めての作業なので、きちんとできるか、納期に間に合うかなど不安でしたが、みんなで協力して1枚1枚丁寧に取り組み、無事に納品する事が出来ました。がんばって取り組んだ様子を写真でご紹介したいと思います。(o^)/作業に入る前の打ち合わせで、市の担当者さんが「一人でも多く検診に行ってもらいたい」と話されていたのを作業しながら思い出、何千枚の枚数を折り込むので、「市民の皆さんの健康を守るために、頑張ってくれているんだなあ〜。」と今更ですがありがたく感じました。今回はインフルエンザのチラシですが、市から封筒が届きましたら「影の努力とおもいやり」も一緒に届くと嬉しいです。御担当者様、お仕事頂きましてありがとうございました。



みなさんも検診に行きましょう!!

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～

飲み物の糖分を知ろう

糖分量砂糖 1個=3.5g

加えた糖類

素材の糖類

普段口にして清涼飲料水。その中に溶けている糖は、ご飯やパンに含まれる炭水化物の仲間です。炭水化物は人間の活動に重要なエネルギー源で、必要不可欠な栄養素ですが、摂り過ぎると肥満の原因や糖尿病などの病気も心配になってくるので過剰摂取にならないよう、注意が必要です。

世界保健機関(WHO)によると、食事以外で摂取する糖分量は、1日の総カロリーの5%程度が望ましいと発表されています。平均的な体型の大人であれば25g(角砂糖7個分くらい)が目安となることから、清涼飲料水の種類によっては1本飲むだけで糖分量オーバーになる可能性も十分にあります。たまーに甘い飲み物を味わう程度にして、水分補給は別にしたほうがいいのかもかもしれません。



バランスよい食事、適度な運動、甘いものの飲みすぎ食べ過ぎに注意しましょう

## 職場実習

キックオフからの紹介で9月24日(木)・28日(月)・29日(火)の3日間いわて生活協同組合共同購入部かまいしセンターさんと職場実習を行いました。実習内容は事業所施設内の清掃業務でモップ、掃除機、ブラインドの清掃などです。

### いわて生活協同組合 共同購入事業部 釜石センター

●大変だったけど就職して仕事をしている感じだったので良かったです。できれば清掃以外もやってみたいです。～福士一真～  
●就職を目指し、いろいろな企業の仕事を体験することによってスキルアップできるようにこれからも取り組んでいきたいです。～就労支援員 中館～

貴重な体験をさせて頂きましてありがとうございました

## 桑茶パック詰め

～期間限定作業～

県社協さんからご紹介いただき、住田町にあります「佐々木園芸」様より既定の分量を量り、桑茶をティーパックに詰めシーラーをかける作業を頂きました。

7月から始まりました期間限定作業ですが、利用者さんは、なかなか既定の分量にピッタリといかなくて苦戦したり、要領よく量れたりして、とても生き生き楽しんで作業をしています。県社協担当者様、佐々木園芸様ありがとうございました。



釜石祥雲支援学校 3名  
9月28日(月)～10月9日(金)  
実習生さんみんな  
頑張っています



作業を頑張ります!!

みんなと  
なかよくなる!!

お菓子作りがんばる!!

行ってきます!! ～船生大将さん～

「埼玉に行って勉強してきますので9月25日(金)で退所します。」と9月23日(水)の夕礼時に船生大将さんよりご挨拶がありました。

今回、埼玉県にあります国立リハビリテーションセンターへ入所しながら就職に向け勉強をしていく事になりました。途中不安などで挫折しそうになりながらも勉強を続け、今回の挑戦となります。

…山崎課長より贈る言葉…

「かまいしワーク・ステーションには高校卒業してすぐの利用で6年半になります。ムードメーカーでいなくなるのは残念ですが、自分で決めた事なのでがんばってほしいと思います」

人生勉強頑張れ!!  
ワークみんな応援しています

不安  
100%

## 「魚河岸ジェラート部」新メニューに 魚河岸 テラス 当事業所とのコラボ登場!

今回の商品開発は、新型コロナウイルス感染症の影響で売上げが落ち込む福祉関係施設を応援する取り組みという事で、当施設の「橋野鉄鉱山クッキー」のダブルナッツ、コーヒー&グラノーラを砕いてアイスに混ぜ、2つの味に仕上げさせて頂きました。クッキーだけでもおいしいのでアイスに混ぜればもっともおいしいです!!是非ご賞味頂ければと思います。

DMCご担当者様ありがとうございました。 ¥280  
開店時間は午後2時～4時まで(月曜定休)



## 日中のひとこま



珍しく4人! 珍しく中館就労支援員!

雨が多かったので  
雨の日体操

残念!!

9/25(金)に自治会でちょっとしたピクニックを予定していましたが大雨で中止となり、みんなでお弁当をホールで食べることになりました。今回は残念でしたが自治会のみならずまた企画をよろしくお願ひします。

## 10月 生まれおたんじょうび おめでとう

=佐藤 孝夫さん= 10/27  
仕事を頑張ります  
=小川 希さん= 10/27  
体調に気を付けて作業しながら、  
就職活動頑張っていきたいです

## 編集後記

風が冷たく感じる季節になってきました。今月は実習生を迎え、施設内にはぎやかになっています。実習の様子は来月号でご紹介したいと思います。今月号で利用者さんからの「持ち込み企画第一弾」を予定していましたがまた今度となりました。こんなのはどうでしょう?「と思いつくことがありましたら今後も募集していきたいと思っておりますのでどしどしご応募ください。お待ちしております。 ※内容によっては、「ボツ」の場合もありますのでご了承ください。 土手

back写真=  
ワーク・ステーション内花壇コスモス