

かまいし ワーク・ステーション だより

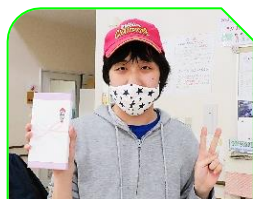
～ 2023年(R5)5月号 No.140～



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

令和4年度 年間皆勤賞!!

コロナ禍やインフルエンザが大流行した昨年度でしたが利用者の皆さんには日々の予防に気を付けて頂き、ありがとうございます。体調だけでなく、個々の都合もある中、年間皆勤賞と準皆勤賞に該当した方々に、クオカードが贈られました。これからも、体調に気を付けて、毎月の皆勤賞を目指しながらも、無理のない通所で頑張りましょう。



【年間皆勤賞】

佐々木磨さん

(磨さんから一言)
休まず来ることができて良かったです。年間皆勤賞をもらって、うれしいです。



【年間準皆勤賞】

金澤美夕さん



【年間準皆勤賞】

鬼頭佑介さん



【年間準皆勤賞】

石川英夫さん



かまいしワーク・ステーション 自治会定期総会



令和4年度自治会定期総会が3月30日(水)に行われ、事業報告などがありました。今回もコロナの影響がある中、宮古市へのレクやクリスマス会など楽しい思い出が多いです。



今後の事業計画への質問など積極的な発言もありました。自治会役員は続投になるので、よろしく願いします(♡)



令和4年度は、コロナ禍で予定通りいかなかった様子ですが、新年度は、いづらか出来そうなので楽しみにしてください。(自治会長…小林一夫さん)



～自治会役員のご紹介～

会長…小林一夫さん
書記…井上真由美さん
書記…菊地浩人さん
会計…木下幾さん

5月のフルーツ…びわ

花言葉＝「温和」、「治療」、「あなたに打ち明ける」



びわはバラ科に属する植物で、中国が原産です。日本で本格的に栽培が始まったのは江戸時代で、食中毒予防の効果があるとされた葉が珍重されていました。オレンジ色の実は、カロテンとポリフェノールが豊富に含まれているので、肌荒れ改善や風邪予防など免疫向上作用があります。葉には炎症を鎮める作用があり、慢性気管支炎の治療や、のど飴に含まれているそうです。甘味が強く、シューシーなびわは、追熟の必要がないので購入後はすぐに食べるのがベストですが、保存したい場合はキッチンペーパーで包みタッパーなどに漬れないように入れて冷凍するか、シロップ煮にします。生産地1位は長崎県で、5月頃から露地栽培のびわの出荷が始まるそうです。

Happy Birthday!

5月5日 齋藤究さん

体調を整えて
また頑張りたいです。

5月6日 東谷賢志さん

頑張ります。

5月9日 多田広治さん

来年 年男なので
一生懸命、頑張りたい。

5月17日 石川英夫さん

一度きりの人生を、健康でいる事を
夢見て 夢見て…生きる。

5月25日 中島秀和さん

体調をくずさないで
毎日、通う!



スプリングコンサートツアー

～A LALA 絵美夏の楽しいコンサート～



3月28日(火)に福祉施設訪問スプリングコンサートツアーが開催され、ヴァイオリンシンガーの絵美夏さんの歌と演奏を鑑賞しました。

コンサートでは、絵美夏さんのアルパというハーブの演奏の他に、ギターで北田さんや、パーカッションのかっちゃんに加わり、生演奏のステキな音色に夢心地になりながら、楽しい時間を過ごすことができ、嬉しかったです!

アルパは、海の無いパラグアイの楽器なので、釜石の浜風の影響なのか調律に時間がかかりましたが、その様子も珍しいので興味深く拝見しました(笑)利用者の皆さんも、2拍子と3拍子に分かれて手拍子をしてラテンの音に参加しています!

絵美夏さん達に音楽で元気を届けてもらい感謝です。ありがとうございました。



新しい利用者さんをご紹介します!

3月～4月に利用開始になりました。よろしくお願いします。みんなで一緒に頑張りましょう(♡)

《釜石祥雲支援学校高等部より》

村木 俊介さん

通所へ一言…仕事をがんばる!
好きなこと…ゲーム(iPad)をする。
キャラクターの名前を覚えること。



小國 加奈子さん

通所へ一言…利用者みなさんと仲良くすること。
好きなこと…寝ること。
昭和の歌を聴くこと。
子供と一緒にいること。



健やかな体へ

～I love me でいいじゃない～



初夏を思わせるような日差しを感じる5月ですが、紫外線はすでに真夏並みになっています。関東などでは紫外線の強さを表す数値が外出を控えた方がいいレベルになるそうです。太陽の位置も夏ほど高くなっていないので、日焼けに注意が必要とのこと。この時期からの紫外線対策として、外だけではなく、紫外線は窓を通して室内にも降り注ぐので、日焼け止めをしっかりと塗ります。帽子や日傘を使って、肌や髪の毛をガードするのも効果的です。最近では、UVカット効果がある衣服も多くなっているので、おしゃれを楽しみながら紫外線対策もできますね。ビタミン類を摂取するなど食事も大切になります。日焼けによる肌の炎症や、皮脂分泌が多くなりニキビなど肌トラブルに悩む前に対策をしましょう。



編集後記

5月の月初めは八十八夜、緑茶好きの私としては新茶が楽しみな季節になりました。「八十八夜の別れ霜」という言葉があり、この頃から霜が降らなくなると言われているそうです。八十八夜に摘んだお茶は健康で長生きできるとの言い伝えがあり縁起物で、若い芽2枚と芽芯だけで作るためフレッシュな味わいが楽しめます。今年も美味しいお茶うけと共に新茶を味わいたいです。(原田)

