

こもれびから

工房だより

第55号
発行日

平成29年9月11日

しもふさ工房

施設長 館山 聡

編集委員

彩乃 咲
佐藤 咲

夏を感じる夕涼み会

下総ふれあいふるさと祭りに参加する形の夕涼み会となって二年目。一年目の昨年は大雨で、目玉であった打ち上げ花火も見ることができずに終わり、誰もが「来年こそは」と願ったことでしょう。

さて、今年はどうかと、当日は朝から雨。早々に室内での開催が決まり、「今年も花火は見られないかもしれない」と不安がよぎりました。しかも打ち上げ花火が実施されるかは花火開始予定の30分前に決まるこのこと。トキトキの中、とりあえず腹ごしらえをしなくては、と会場へ。会場に到着した時には小雨が時折ぱらつく程度だったため、屋外で出店していた模擬店でお好み焼き、焼きそば、たこ焼きなどいろいろ、皆さんあれこれと好きな食べ物を買いました。

雨天という事もありその場で食べたいのをグッとこらえ、学園3・11に戻って食事をしながら、花火が実施されるかいか連絡を待ちました。

皆さんお腹

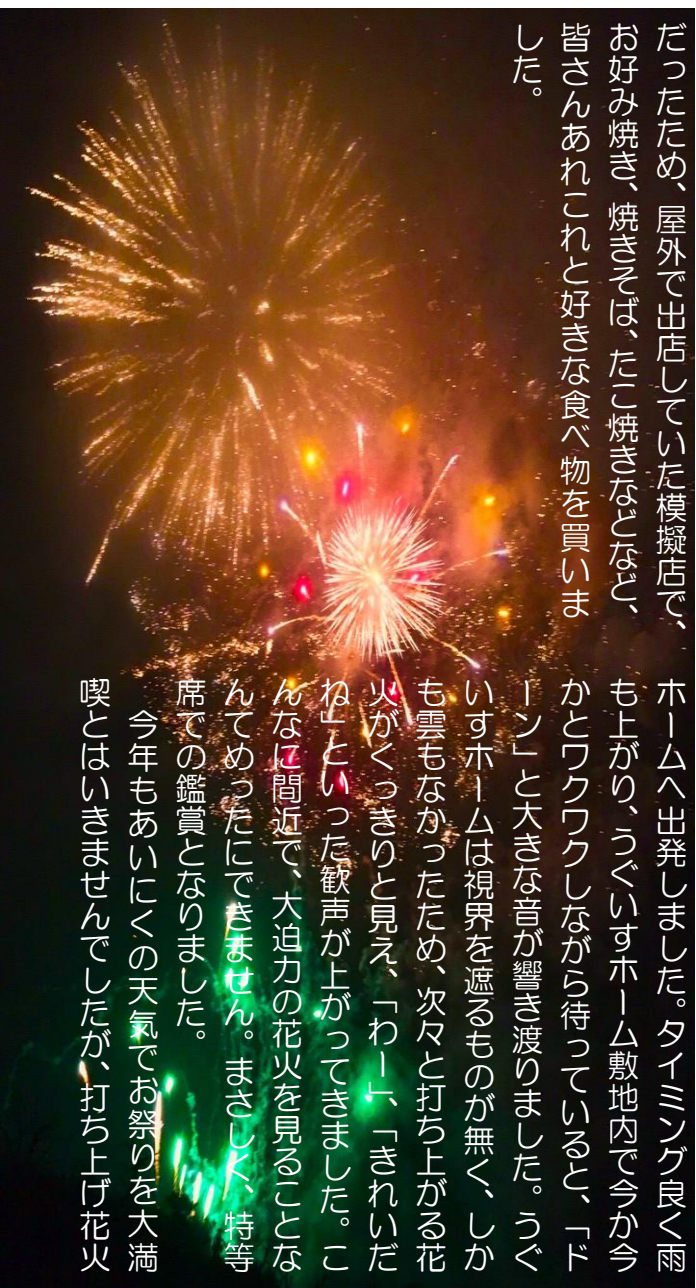
が満たされてきた頃、花火実施の連絡が。館山施設長が実施決定を伝えると、利用者さんたちから歓声が上がりました。そしてすぐに花火鑑賞するうぐいす



ホームへ出発しました。タイミング良く雨

も上がり、うぐいすホーム敷地内で今か今かとワクワクしながら待っている。「ドーン」と大きな音が響き渡りました。うぐいすホームは視界を遮るものが無く、しかも雲もなかったため、次々と打ち上がる花火がくっきりと見え、「わー」、「きれいだね」といった歓声が上がってきました。こんな瞬間で、大迫力の花火を見ることができて嬉しかったです。まさしく、特等席での鑑賞となりました。

今年もあいにくの天気でお祭りを大満喫とはいきませんでした。打ち上げ花火



は存分に満喫できたのではないのでしょうか。欲を言えば、寝転がって花火を眺められれば良かったです。それはまた来年に託しておくことにします。(加羽澤)

一泊旅行に



行って来ました

2年ぶりの工房一泊旅行。この日を待ち焦がれていた利用者さんがどれだけいただろうか。更に、利用者さんたちの日頃の頑張りや天に通じたのか、二日間通して一度も傘を開くことはありませんでした。

鴨川シーワールドのメインイベントといえれば絶対王者ことシャチのパフォーマンス。電車の一両はあろう大きなシャチが豪快に繰り広げるショーはどれもこれも圧巻そのものでした。たくさんの種類の海の生き物たちが泳ぐ姿は美しく時を忘れさせてくれます。



ホテル勝浦「三日月」では宴会までの間、屋上のプールで過ごして頂きました。ほぼ貸し切り状態とあっていいほど、誰もいな

い中、悠々と泳いでいらっし

やいました。椎茸科の丘野琢己さんは、2年ぶりのプールという事で、満面の笑みを浮かべながら泳ぎ楽しまれていました。宴会では皆さん浴衣を着て宴会場へ。目の前にはずらりと美味しい海鮮料理が広がっていました。利用者さん「わくすくしい」と一気にテンシ



豪華なごはんが勢揃い

ヨンが上がっていました。夕食に舌鼓を打ちながら恒例カラオケモードへ突入。各々好きな曲・得意な曲を選び歌っていました。曲に合わせて一緒に踊ってくれる方が増え、いつしかステージ前は人だかり。そこはまるで一体感のあるライブのような雰囲気でした。椎茸科の碓井さんは、嵐の「A・R・A・S・H・I」が18番。職員が碓井さんにリクエスト。すると快く受けてく

ださりました。難しいラップの部分もしっかり歌いきりました。皆も知っている曲なので会場は大盛り上がりでした。



2日目は濃霧の中、マザー牧場へと足を運び、昼食までの間、それぞれのグループで自由行動となりましたが、ほとんどの方が真っ先に定番な牧場ならではのソフトクリームを購入し、美味しそうに頬張っております。牧場に來たらソフトクリームはやはり外せません。特有の濃厚さが私もたまりません。

あいきゃん班の眞栄田さんは、馬にエサをあげる体験をされていました。近くで見ると迫力のある、お馬さん、ちょっと緊張気味にニンジンあげていました。昼食は焼肉とこれもまた牧場ならではの濃いミルクを飲み、満腹感のまま、僕たちは帰路に着きました。



一泊とはいえ、内容の濃い一泊旅行になったのは言うまでもありません。本当にお疲れさまでした。(石河)



マザー牧場にて

三育成会旅行のお知らせ

11月12(日)〜13日(月)に三育成会の旅行が予定されています。今年も行先は母畑温泉です。まだまだ予定人数に達していない為、皆様のご参加お待ちしております。



《8月の売り上げ》

椎茸科：	6,532円
(トータル)	421,666円
こもれび科：	26,750円
(トータル)	86,763円
あいきゃん：	40,000円
(トータル)	157,602円
大地やさい科：	64,570円
(トータル)	286,740円
おしゃれ工房：	202,472円
(トータル)	205,581円

西田職員のマメ知識

「疲れた体にクールダウン」

先日、利用者さんから「筋肉痛になったのですが、疲れを残さない方法はありますか？」と質問がありました。運動や作業をする体内に疲労物質が蓄積されます。それを溜めないのが疲労を残さないこととなります。その対処法として一番簡単で効果的な方法がストレッチです。あとは、運動した後、歩いたり、かなり遅めで走ったりすることで疲労を取る方法がクールダウンです。

私は大学時代このクールダウンの大切さを知りました。だから今でも運動後はストレッチとクールダウンを行っています。疲れを残さず体のケアをして楽しく過ごしましょう。(西田)

編集後記

夕涼み、一泊旅行と楽しいイベントが続き皆さんリフレッシュできたでしょうか。

私は入職し、初めての1泊旅行でした。みなさんと過ごした2日間は利用者さん・職員共に笑顔が絶えず、忘れられない良い時間となりました。日帰り旅行も今週末に控えています。どんな楽しい思い出が待っているのかワクワクしますね。(S・S)

9月の予定

- 15日(金) 日帰り旅行
- 18日(月) 開所日
- 23日(土) 開所日

10月の予定

- 5日(木) フライングディスク大会
- 9日(月) 開所日
- 育成会例会 11:00~
- 29日(日) 開所日