



ご挨拶

あけましておめでとうござい
ます。

一昨年十月に就任させていただ
き一年余が経ちましたが、まだ
まだ『福祉』については奥が深
く勉強に勤しんでいる毎日です。
さて、私の所信の一端を述べ
させていただきます。当法人は、
障害者支援施設『聖愛園』と生
活介護事業所『サニープレイス』
の二施設を運営しておりますが、
両施設を効率的に連携させ、よ
り質の高い福祉サービスを目標
としていきたいと思っています。
また当法人の運営理念でもある
『常に豊かな心をもって共生社
会の実現に寄与する』ことに少
しも近づけるよう全職員ワン
チームとなって努力する所存で
す。

更に公益事業として『ひきこ
もり』相談支援を開設しており
ますが、関係機関・団体等のご
協力を得るなど親身になった相
談支援に力を注いでいきたいと
思っています。

二〇二〇年（令和二年）は、
『庚子（かのえね）』の年で、
その特徴は変化が多い年で物事
が一気に進む劇的な変化もある
といわれています。これを運氣
と捉え、利用者さんの保護者の
皆様、役員・評議員の方々、関
係機関のご指導・ご理解を得て、
健全な法人運営を目指したいと
思っています。
最後になりましたが、本年も
皆様方のご健勝を祈念いたしま
す。

聖和福祉会理事長

田山 耕三



発行所
聖和福祉会
聖愛園

〒519-2211
三重県多気郡
多気町丹生4701
TEL 0598-49-3115
FAX 0598-49-3783

サニープレイス

〒515-0052
三重県松阪市
山室町2580
TEL 0598-30-5585
FAX 0598-30-5586

さんま焼き行事



お天気にも恵まれ中庭で利用者さんにも
お手伝い頂き、さんまを焼きました☆
焼きあがったさんまは昼食に提供し、皆
さんに秋の味覚を楽しんで頂きました！

聖愛園行事 写真館



初詣

ししまめ



本年度も地域の皆様から
たくさんのご寄付を頂き
ました。園でのおやつや
飲み物を利用者さんと選
びました。



黄色いレシート
キャンペーン

本年度もたくさんの旅行活動がありました。前年度のように一泊旅行が出来なかったことは残念ではありましたが、半日旅行、一日旅行と様々な所へ出掛けました。

行き先としては、近くに買い物に行くものから、水族館や植物園を散策したり、劇や音楽を鑑賞しに行ったりと、多様な場所に行けたように思います。

中でも、植物園に出掛けた際は、大空の下、自然を肌で感じながら気持ち良さそうに散策する姿が印象的でした。また、観劇では、大きな声で手を振って、子供のようにはしゃいだり、昼食に頼んだフライの大きさに目を丸めて驚くなど、微笑ましい姿もありました。

利用者さんの笑顔にふれることは、支援員として、一番嬉しい瞬間でもあります。

これからも、利用者さんの笑顔溢れる旅行活動にしていきたいと思っています。

生活支援員 上山 純子



外出先でのおいしい食事も
楽しみの一つです♪♪



令和元年度

旅の思い出



買い物では
お気に入りを見つけて笑顔
を見せて下さいました♪



←緑がいっぱいの場所
で自然を楽しんでもら
いました☆



創作活動

創作活動では、利用者さんとコミュニケーションを図りながら、貼り絵や折り紙の作品を作ったり、季節ごとに様々な塗り絵をしたりして、創作の時間を楽しく過ごしています。作品が完成した際には利用者さんの個性が発揮された作品となり、皆の喜んでる姿を見ると、次の作品も利用者さんと共に楽しく仕上げていきたいと思えます。

その中で、ある利用者さんに関心を持ちました。その方は以前より、個性的な絵を描いたり、編み物では、色々な形を編んだりして、皆を楽しませていました。展示会に出品する作品作りでも、積極的に行っている編み物を編み、声掛けを行うと普段では見せないような笑顔を見せてくれました。楽しみながら完成させた作品が入賞となり、とても喜んでおられました。利用者さんの魅力や笑顔に触れることができたことで支援員としてのやりがいを感じています。

生活支援員 大西 ゆかり



本年度も芸術文化祭で聖愛園の利用者さんが受賞され表彰式に参加してきました

計画相談支援

障がいのある方が、困りごとのため日常生活が送れないときに、その方が望む自立した生活が送れるよう計画相談でサービス等利用計画書を作成します。

サービス等利用計画書を作成する際には、ご本人やご家族から聞き取りを行います。「何に困っているのか」「どんな生活をしたいのか」「今後の目標は何か」等をわかりやすい言葉でじっくり聞くことを心がけています。自分の気持ちを話すことが難しくても、どの方にも自分の人生を選んで、自分で決め、それを自分で行っていく権利があります。

提供された少ない情報からどんなサービスを使えばより充実した生活が送れるか、当たり前のことが当たり前にできるといった視点で、あえてもないこうでもないという頭の中で想像を膨らませています。

毎日が勉強で、いろいろな人に教えてもらうことや調べる事だらけですが、これからも自分の引き出しをより多く作って利用者さんに寄り添った支援をしていきたいと考えています。

相談支援専門員 仲野 美智



聖愛園クリスマス会



クリスマスの曲を披露して下さった、コールアベクブさん。利用者さんも一緒に歌ったりと会場が盛り上がりました！



KIYABANDさんは人気の歌謡曲などをたくさん披露してくださいました！



ご家族や利用者さん同士で楽しい時間を過ごされて皆さん喜ばれていました。



毎年恒例となっているクリスマス会を昨年の十二月八日（日）に行いました。

クリスマス会の最初に、利用者さんがこの日のためにたくさん練習したジングルベルの合唱を鈴を鳴らしながら披露しました。練習の成果もあり、大いに盛り上がりつつスタートすることができました。

その後、今年も地域で活躍されているボランティア二団体の皆様がとても楽しいひと時を演出してくださいました。素敵な合唱を披露してくださったコールアベクブさん、バンド演奏がかっこよかったKIYABANDさん本当にありがとうございました。

合同のおやつの中にはクリスマスケーキを食べました。そして、クリスマス会の最後に利用者さんが楽しみにされているプレゼントをサンタとトナカイがお届けしました。笑顔で受け取られ、喜ばれている姿が印象的でした。

利用者さん、保護者の皆様、ボランティアの皆様、職員が一つになって楽しい時間を過ごせたと思います。また、沢山の笑顔が見られ、職員一同大変嬉しく思いました。

生活支援員 久我 一真

医務便り

風邪をひかない身体作りのコツ

「風邪は万病の元」と昔から言われる通り軽く見ていると肺炎などの重い病気に繋がる場合があります。しっかりと予防して、寒さが増すこれからの季節を元気に乗り切りましょう。

風邪予防の4つのポイント



① 感染予防の基本は手洗いです。ドアノブや手すり、電車のつり革など様々な場所にウイルスが付着しています。隅々まで丁寧に洗いましょう。

② マスクは間違った着け方で効果が半減します。出来るだけ顔に密着するように着けることが大切です。

③ 口の中を清潔に保つことはインフルエンザや誤嚥性肺炎予防にも有効です。口の中の細菌は気道の粘膜を保護する蛋白質を破壊する酵素を作り出す一因です。保護膜が破壊されると、気道はウイルスの侵入をブロック出来なくなり、感染のリスクが高まります。また、口腔内細菌を含んだ唾液を夜間に無意識に誤嚥して、誤嚥性肺炎を発症する場合もあります。こまめに歯磨きをして口の中を清潔に保ちましょう。

④ 手洗いや消毒液で手を清潔にしても、頻繁に顔や髪を触ってしまうと感染のリスクが高まります。顔や髪を触る癖がある人は、ウイルスや細菌が付きやすいので気を付けましょう。



免疫力をアップする3本柱

① 食事

毎日の食事できちんと栄養を摂ることが風邪を引きにくい身体作りの基本です。魚介類・卵類に多く含まれるビタミンDには免疫力を高め、風邪・インフルエンザ・肺炎などの呼吸器感染症を予防する効果、緑茶の主成分であるカテキンは、抗菌・抗ウイルス作用があります。

② 運動

ウォーキングやジョギング、水泳といった有酸素運動は免疫力アップに効果的です。自分に合った運動を見つけ体を動かす習慣をつけることが大切です。

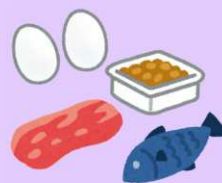
③ 睡眠

平均睡眠時間が5時間以下の人は7時間眠る人と比べて4・5倍、風邪などの病気にかかるリスクが高くなったという米国の研究結果があります。風邪予防のため、毎晩6〜7時間ぐっすり眠る習慣をつけましょう。

看護師 井元 美代子



栄養便り



心も体も温かく♪

① 体を冷やしていませんか？

寒い季節は体が冷えて血行が悪くなりがちです。外出時はマフラーで首元を冷やささない、暖かい風呂にゆっくり入る、生姜はもちろんと土の中で育った蓮根やごぼう、寒い地域で採れる林檎、暖色系の赤身の肉や鮭、ニンジン等、体を温める食材を積極的に選び取り入れましょう。



② 心のメンテナンスは出来ていますか？

私たちにとってストレスは切っても切れない存在です。好きなことをする、好きなものを食べる、お気に入りの場所に行く等、少しの気分転換で疲れが和らぎ温かい気持ちになります。

寒さや疲れで弱った身体には風邪は大敵です。疲れをためず、身体を冷やさないことを意識して自身を守ってあげ冬を乗り切りましょう。

栄養士 野田 未有



ご厚情深く御礼申し上げます

自令和元年七月二十二日
至令和二年一月二十四日

ご芳志ご芳名（敬称省略）

保護者会・武田スミヨ

（他にも匿名で頂戴しております）

物品寄付ご芳名（敬称省略）

神廣かよ・東谷順子・吉田雅之

南条訓・武田スミヨ・中野久子

大谷勲・太田殖・石原昭治

前寫徳男

小山株式会社・三光運輸

三重義肢・丹生大師

西組・でんきや

（他にも匿名で品物を頂戴しております）

機関紙ひだまり第五十一号を発行させていただきます。
宜しければ聖愛園とサニープレイスのブログもご覧下さい。

<http://seiaien.exblog.jp/>
<http://seiwafukushikai.com/blog/>

編集 聖愛園

田所 有須