

バク通信

一四〇号

令和二年十二月十日発行
社会福祉法人「ゼノ」少年牧場

ゆめサポート・バク

福山市神辺町東中条7301-6

TEL(084)960-2256

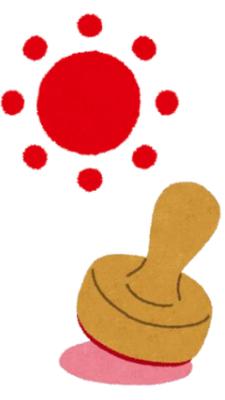
FAX(084)960-2258

「スタンプラリーをしたよ」

生活支援員 藤井 みゆき

十一月十四日(土)、バク周辺において『自治会ウォークラリー イン 東中条』を開催致しました。当日は爽やかな秋晴れに恵まれた上、汗ばむほどの陽気！絶好の活動日となりました。

今年度は新型コロナウイルス感染予防の観点から活動自粛を余儀なくされ、計画していた楽しい行事が次々と中止に…。そのような中、三密回避を厳守しながら、少人数のグループで出来るウォークラリーを行いました。



チーム内で協力しながら、数か所に設けられたチェックポイントの間違い探し・職員対抗ゲーム・クイズ等を攻略し、スタンプ押印を行っていきましました。必死に間違いを探し当て、歓喜の声があちこちから聞こえてきました。久々の開放感に浸りながら、野外でのびのびとしているみんなの姿に職員もほっこり癒されています。

今後も工夫を重ね、安全で楽しめる企画を考えていきたいと感じた一日でした。



間違いはどこかな…?

▲ 何個集まったかな…??



あ、みつけた!

「今年のクリスマスは…」

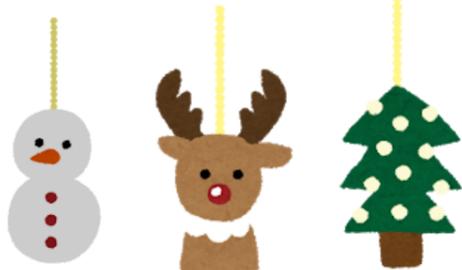
生活支援員 藤津 翔子

冬の訪れを感じる今日このごろ、療育班では、一足先にクリスマスの準備を始めています。

クリスマス飾りといえば、やっぱりクリスマスツリーです！今年のは雪だるまとトナカイと一緒に描かれた壁面飾りに、ちぎった折り紙を利用者さんに糊付けしてもらいました。

そして、クリスマス当日には療育内でプチクリスマス行事を計画しています。サンタクロースにもアポをとったので、療育班に来てくれることになりました。しっかり感染症対策をして出迎えたいと思います。プレゼントも一緒に持ってきてくれるとのことなので、楽しみです！

次回のバク通信では、クリスマス行事の様子をお伝えします。



▲ カラフルな壁面飾りですね!



何の飾りかな…?



「体を温める食材」

副主任 木村 英信

十二月に入り朝晩の冷え込みも厳しい時期になりました。体が冷えると風邪を引きやすくなったり、ストレスを感じたりと心身ともに大きな負担となってしまうが、食事で温めるのもその一つです。今回は体を温める食事や食材について紹介したいと思います。

温かい食べ物を食べると体が温まり、冷えて緊張した体の血流が良くなり、リラックスし疲れが解消できるようです。せっかく食べるなら体を芯から温める食べ物を食べたいですね。仕出しのお弁当を温かい状態でお届けできないのは残念ですが、食べることで体を温める効果は期待できますよ。

次に体を温める食材ですが、次のような物があります。「かぼちゃ・にんじん・ごぼう・たまねぎ・りんご」などです。根菜類、赤や黒などの暖色の野菜や果物、柔らかいものより固いものが好ましいそうです。水分の多いものは体を冷やすので寒い時期に収穫される野菜を積極的に摂ると効果的です。また生姜やニンニクなどの香辛料も体を温める効果があるのでオススメです。

十人十色の献立の中にも全てではありませんが、ご紹介した食材を使用した物も多くありますので、皆様の体と心を温める一助になればと思います。



体を温めて健康第一!



「人参の天敵とは」

生活支援員 堀井 康臣

朝晩は肌寒い日が続いている今日この頃です。日中の寒暖差が激しいので体調管理には気を付けながら毎日、過ごしています。

人参達にそろそろ収穫時期が迫って参りました。しかし、そんな人参達にまさかの天敵がいます。それ・は：イモムシさんたちです。

ある日、アゲハ蝶が畑をとんでいました。「きれいだね〜」「何をしているんだろ?」とみんなで話していました。が、なんと人参の葉っぱに卵をうえ付けているではありませんか。「あつちにいけ〜!」と追い払うのですが軽くあしらわれてしまいました。そんな卵から孵化したイモムシは、せっせと人参の葉っぱを食いつくしてしましました。今では毎日のイモムシパトロールが日課になっています。収穫までは人参を守りぬきたいと思えます。頑張ります。



▲ ふかふかな畑づくりも頑張っています。

「ウエスと畑の両立」

生活支援員 松浦 聡

今年も後一カ月となりました。北風が冷たく冬の訪れを実感している今日この頃です。

今年の四月から畑班からウエス班に異動されたKさんを紹介したいと思います。四月に異動されたKさんではあります。月曜、火曜日は畑班の応援に行かれ、水曜、木曜、金曜はウエス工場で作業されています。畑とウエス両立して作業することは大変かと思いますが、日々頑張る作業に取り組んでいます。畑の方でも自分の担当する畝があり、ウエス班で作業する日であっても、夕方送迎車が来るまで水やりを行ったりと頑張っている姿がみられています。ウエス作業の方でも、以前ウエス班に所属していたこともあり、その手腕を発揮し、ウエスの柱となってくださっています。

今年も後一カ月、気を引き締めて日々作業に取り組んで行こうと思います。



畑もウエスも任せてよ!



「自粛期間は、新フレーバーの試作期間」

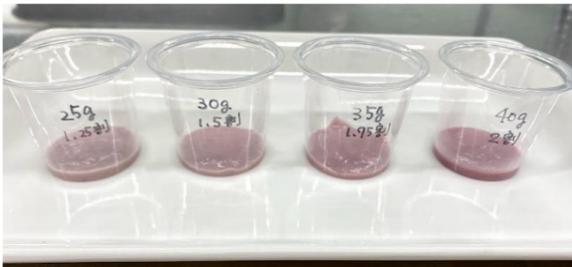
目標工賃達成指導員 行廣 七海

冬のギフトの準備も整い、アルコジャーノは新商品に向けて絶賛試作中です。

例年、試作を重ねて完成した新商品はスイーツ専門家の審査を受け、ひろしまS-1サミットにエントリーしていました。しかし今年はコロナの影響でサミットが中止となり、専門家からの審査を受けることができなくなりました。

でもアルコジャーノはそんなことでは、へこたれません。専門家からの審査をいつでも受けられるように商品開発を進めてまいりました。現在試作しているフレーバーは全部で7種類あります。そのうちの1つは「マンゴー・りんご」という冬のギフトにもラインナップされている商品ですので、ぜひご賞味ください。

今年ひろしまS-1サミットが開催されませんでした。またサミットが開催されるときに「おいしいジェラートづくりを自粛期間中も日々行っていました!」と胸を張ってエントリーできるフレーバーを開発していきたいです。また、職員イチオシの新商品も試作中ですので商品化次第、紹介したいと思います。



▲ 試作ジェラートは何の味かな…?

「新しい勉強方法」

目標工賃達成指導員 行廣 七海

十二月になってもコロナウイルスの猛威は衰えず、日々のニュースでも関連の話題が絶えません。バクでもコロナウイルスによる影響によって、職員の研修がなくなってしまうことがありました。

今までは都道府県の協議会などから情報を得て研修に参加し、バクでの支援に生かせるような学びを得ていました。しかし1カ所に集まっていた研修は自粛され、研修の機会が格段に減ってしまいました。

そんな中、新たな受講様式として「オンライン研修受講」が始まり、バクでも導入されました。オンラインでの研修は電子機器に慣れていない私を筆頭に、使いこなせない職員が多勢でしたが、最近では受講の回数も増え使いこなせる職員も増えてきています。

コロナ禍で実際に研修施設に行っているからの学びは少なくなりましたが、オンラインならではのメリットを生かしながら、引き続きバクの専門性を高めていきたいと思います。



頑張るぞ!



今後の予定

12月28日(月) 大掃除
1月9日(土) 初詣

