

# フレンドエイア

## No. 196

【発行】

社会福祉法人なかも福祉会

みつき

〒536-0013

大阪市城東区鳴野東 1-6-25

TEL 06-6968-9503

FAX 06-6967-9513

発行責任者 平尾 幸子

編集責任者 佐々木 千賀子



吉川 猛

今年はコロナ禍で外食は中止となりましたが、家族会から豪華なお弁当を差し入れ頂きました。この場を借りて感謝申し上げます。

食後はこれも家族会から素敵なプレゼントの贈呈タイム☆重ねてお礼申し上げます。

カラオケがないのはちよっと寂しいけど「今年も楽しかった」の声が多く寄せられました。色んな意味で特別な一日となりました。

☆みつきでおつかれさま会（12月7日）☆



16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
公休					成人の日	公休	公休			職員会議	開所	希望者のみ開所			
	31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17
	公休	公休						公休	公休			ケース会議			公休

1月予定表

☆ みつぎのある日のお昼休み ☆

昼食のあと、お腹も一杯になって、利用者さんのくつろぎタイム。ちよっとのぞいて

みましょう。

何人かがお昼寝されています。気持ちよさそう。風邪ひかないようにネ！テレビ観ている人の笑い声が聞こえています。ケイタイ・スマホで楽しんでいる人も！（わかる！わかる！）

こちらではトランプ。職員も入って「七並べ」や「ババ抜き」、何で「ババ抜き」というのでしょうか？

あらまあ！あちらでは「ドリフのヒゲダンス！」。Yさんのリクエストのようで、利用者さん数人と職員がテーブルの周りを踊っています！ちよっぴり照れながらも楽しそう！外では、入り口の前の陽だまりで風のない日は、2、3人で「日向ぼっこ」しながらお話しされています。

お昼休みはリラックスした笑顔が多く見られる「グッドタイム」です。

上垣 澄子



美味しかった！

☆ シンガポール風チキンライス ☆

悲しいことに私には料理のセンスがありません。息子にも彼が小学生の時に「お母さん、もしかして、料理得意じゃないん？」とバシっていました。

毎週木曜日に皆さんに手作り料理を食べていただくと決まった時は内心「これは、とっても困った事になった！」と思いましたが。他の職員の方が次々と工夫を凝らした美味しい料理を作られるなか、「どないしよう？」と焦る毎日。その時ふと思いついたのがネットで見た「炊飯器だけでできるシンガポール風チキンライス」。あれは珍しく息子も「美味しいな」と言っていたはず。よし、これにしよう！

さて当日。そんな日に限って、送迎で道を間違え、調理にとりかかるのが遅れ、てんやわんや。ずっと怖くて聞けませんでしたが「皆さま、シンガポール風チキンライスいかがでしたか？」。こっそりと教えていただけたら嬉しいです。

木村 友香

☆ 口コミ丼でハワイ気分 ☆

毎週木曜日の手作りランチの日、今回はハワイの郷土料理のロコモコを丼にしました。ご飯の上に、ハンバーグと玉子、アボカド等の野菜を乗せてデミグラーソースで味付け、具とご飯を混ぜてビビンバのようにしていただきます。野菜スープとデザートには缶詰のパイも。皆さん、珍しそうに「ハワイには行ったことがないなあ」と。

ランチ当番の日は緊張します。時間に間に合うかなあ、味付けは口に合うかなあ、みんなお腹いっぱいになるかなあといろいろ気になりますが、欲しいのはみんなの笑顔です。美味しいものを食べると幸せな気持ちになって自然と笑顔になります。みんなでちよっと幸せな一時を過ごしたくて、これからもがんばります！

佐々木 千賀子

☆ランチでホワイトクリスマス ☆

12月24日の手作りランチはクリスマススイブということでクリームシチューのほか、イチゴとキウイのショートケーキも提供させて頂きました。

シチューは「作り過ぎたかな」という量でしたが、皆さん「おかわり！」の声が多く、おかげさまでほぼ完食でした。ありがとうございます、作りの手戻りに尽きます。

個人的な感想ですが初めてのケーキ作りはその工程に楽しいものがあり、機会があれば利用者さんともチャレンジできればと計画中です。

来年も季節感を取り入れたメニューを提供して

いきますので、どうぞご期待下さい。

吉川 猛



☆私が描きました！ ☆

ある日、Hさんが素敵なトートバッグを持ってこられました。カラフルで可愛いバッグに、「素敵なバッグ！」とみんな。

じつは、このバッグ、Hさんが描いた絵を、グループホームの支援員さんがバッグに仕立てたオリジナルなのです。みんなに褒めたたえられてHさんは少し恥ずかしそう。「これは何の動物？」と聞かれて、Hさんは小さな声で、「きりん」。

Hさんはいま、新たに新作を描いておられるとか。見せていただくのを楽しみにしています。

鄒 侑錚



☆生演奏はやはり素敵 ☆



12月20日、東梅田のとあるライブハウスに平尾幸子さんの姿がありました。そう、その日、「みつき」施設長からもう一つの顔・歌手に変身した平尾さんのライブが行われたのです。映画「ボデイガード」など、ホイットニー・ヒューストンの曲をしつとりと、そして熱く演奏。アクリル板などでコロナ感染防止対策がしっかりされた会場で生の歌声を楽しませていただきました。スマホで録画した映像を利用者さんを見て、コロナが落ち着いたらみんなでライブ行きたいねと話しました。

佐々木 千賀子

施設建設に「」協力ください

日頃は知的障害者の福祉向上にお力添えを賜り誠にありがとうございます。

「施設利用を行いながら職業訓練のできる施設」設立を目指しています。その為、建設用地は私たちが独力で確保しなければなりません。微力な私たちにとって、その資金確保は大事業ですが、多くの方々にご援助を頂き、進展させたいと願っています。

つきましては誠に厚かましいお願いでございますが、私たちの主旨をご理解いただきまして、建設資金募金にお力添えを賜りますようお願い申し上げます。

(募金振込先)

銀行三井住友銀行

(支店)城東支店

(口座番号)(普) 1370232

(名義)社会福祉法人なかま福祉会

理事長 高木 晟



〇「紅白なます」〇

《材料》 (作りやすい分量・8人分)

大根・・・1Kg

人参・・・100g

あら塩・・・小さじ4

A【酢・大さじ8、砂糖・大さじ4、あら塩・少々】

ゆずの皮の干切り・・・適量

【作り方】

① 大根、人参は斜め薄切りにしてから干切りにする。ボウルに入れて塩を振ってよく混ぜ、2〜3時間おいて塩漬にする。

② しんなりしたら、ていねいにもみ、さっと水洗いして、水けをしっかりとしぼる。

③ 耐熱容器にAを入れ、ラップをかけずにレンジ(600W)で30秒ほど加熱し、よく混ぜて冷ます。

④ 保存容器に②をほぐし入れ、③を注いでさっと混ぜ、ふたをして冷蔵庫で2時間ほどおく。器に盛り、ゆずの皮をあしらう。

大西 智子

☆アルミ缶提供

グループホームあかね

☆プルタブ提供

村上様

☆玉子パック

グループホームあかね

☆牛乳パック

村上様・グループホームあかね

☆お弁当とお菓子

家族会から

☆みかん20kg

小川 監事

あかねグループホームあかね

【インフォメーション】

ご意見・提案・協力につきましては、事業所「なかま福祉会06-6968-9503」までお気軽にご連絡下さい。

多機能事業所(就労B・生活介護)

管理者 平尾 幸子

(サービス管理責任者兼務)

苦情処理

辻川 恵美子

共同生活援助事業所

管理者 大西 智子

サービス管理責任者

増田 新