



社会福祉法人 水交会

まつくらだより

第30号

〒014-0102
大仙市四ツ屋字小又35-1

社会福祉法人水交会
まつくら

平成30年1月
TEL 0187 (66) 1413
FAX 0187 (66) 1407

メールアドレス
E-mail matukura@suihoukai.or.jp



新年を迎えて

管理者 小林 竜一

平成30年がスタート致しました。皆様におかれましては、つがなく新しい年をお迎えのこととお慶び申し上げます。また、昨年中は格別なるご理解とご協力を賜り誠にありがとうございました。

昨年の「まつくら」の大きなニュースの一つに、玄関前の赤松が松食い虫に侵されてしまったことがあります。旧松倉小学校の時代から地域を見守ってきた百年以上の歴史のある松の木です。その松の木が昨年の春より葉先から少しずつ枯れ始めました。はじめは雪で痛んだのかと思っておりましたが、専門の造園業者より診ていただいたところ松食い虫に侵されているとの診断でした。被害を拡大させないための防除を行いましたでしたが、通常よりはゆっくりとしたペースで症状が進行し、今では9割ほど枯れてしまい、今年春までには伐採をしなければなりません。何か一つの時代が終わるようで、寂しい思いで毎日松の木を眺めております。

さて、今年4月には障害福祉サービスの報酬が改定されます。就労系障害福祉サービスにおいては、障害者がその適正に応じた能力を十分に発揮し、地域で自立した生活を実現することができるよう、一般就労への定着実績や工賃実績に応じた報酬(体系)を構築し、工賃・賃金向上や一般就労への移行を更に促進させる。とあり、就労継続B型においては、平均工賃に応じた基本報酬を設定するとあります。このように日々変化していく障害福祉行政の中で、私たちは利用者のニーズにどのように応えサービスの提供に努めていかなければならないのか、今一度原点に立ち考えていく必要があると感じています。

赤松は私たちに「まつくら」のしさを大事にしながらも、旧態依然のままではなく新しい「まつくら」を築いて行くよつとに思っているような気がします。利用者の皆さんが毎日明るく元気に登所し、日々充実して仕事に取り組み、生きがいを感じることできる施設を目指して、今まで以上に職員一同頑張ってください。よろしくお願いいたします。今後とも皆様のご指導とご協力を賜りますように、よろしくお願い申し上げます。

6/29,30

泊研修旅行

山形県に旅行をし、銀山温泉での散策やサクランボ狩り、オランダせんべいの工場見学をしました。



6/22

県南ふれあい スポーツ大会

自立訓練の利用者さん4名が参加し、他事業所の方達とのふれあいを楽しんできました。



7/26

総合避難訓練

松倉地区防災会の皆さんと合同で、地震体験車を使用した防災訓練や初期消火訓練を行いました。



8/9

成人を祝う会

皆が新成人の高見僚介さんを祝福し、素晴らしい会になりました。



9/2

秋田県障害者 スポーツ大会

フライングディスクと陸上競技に出場しました。出場された皆さん大活躍でした。



9/4

交通安全教室

自転車の乗り方や横断歩道の渡り方など、正しい交通ルールについて学びました。



今年の歩み

フ アラナ



9/22
なべつくり

グラウンドゴルフ大会を開催し、お昼は美味しい芋の子汁をいただきました。



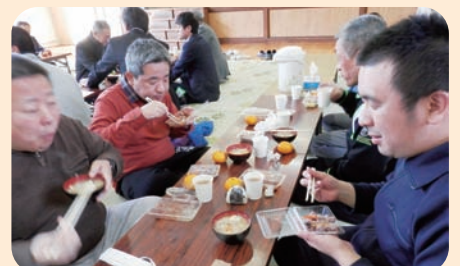
10/7
まつくら・しみず合同祭

まつくら全員で踊った「恋ダンス」、フオーローミー」は大好評でした。招待演芸の円山和子さんによるショーでは、利用者の皆さんも一緒になって歌や踊りを楽しんでいました。



12/8
餅つき交流会

利用者の皆さんが一人ずついたお餅を皆でいただきました。



12/22
クリスマス忘年会

横手市にあるバル・パサポルテにてクリスマス忘年会を開催しました。美味しい料理を食べ、サンタとトナカイからクリスマスプレゼントをもらい皆さんで満悦でした。



利用者の動き

鈴木 彩恵さん 高橋 修さん

鈴木彩恵さんは10月31日で、高橋修さんは11月30日で退所されました。新転地でのご活躍をお祈りいたします。

製品紹介

まつくらで加工・製造している商品です。



乾燥しいたけ

20g 150円



切り干し大根

40g 100円



彼岸花

1本 120円



多目的支柱

20本 100円



花火玉

まつくらではお土産用の花火玉を製作しています。



看護師コラム

健康のカギは腸にある。

看護師 太田 礼子

腸は消化器官としての働きだけではなく、肥満、免疫、動脈硬化、精神疾患など全身の健康に深く関わっている事が最近の研究で明らかになっていきます。

《腸は第一の脳》

腸は脳の指令を受けずに動く事ができ食べ物を感じて、消化や吸収、排泄などを行っています。

《腸内細菌について》

人の腸内には100兆個もの細菌が生息し、100から300種類もの細菌が作用しています。健康に有利な「善玉菌」、健康に有害な「悪玉菌」、状況次第でどちらにもなり得る「日和見菌」があります。「善玉菌対悪玉菌対日和見菌」は、「2対1対7」が理想とされています。

《腸の健康を守るポイント》

一、善玉菌の食品を摂取する。

(ヨーグルト、納豆、キムチ、味噌など)

二、腸内の善玉菌にエサを与える。

水溶性食物繊維やオリゴ糖を含む食品

◎水溶性食物繊維(わかめ、ひじきなどの海藻類、りんご、キウイなど)

◎オリゴ糖(玉葱、ゴボウ、大豆、乳製品、バナナ、はちみつなど)

健康の秘訣は腸内細菌にある事がわかりました。善玉菌を増やす食品を積極的にとり「腸活食」で心も体も元気になりましょう。

平成28年度 苦情受付情况

(平成28年4月～平成29年3月)

①ケアの内容に関わる事項	0件
②個人の嗜好・選択に関わる事項	0件
③財産管理・遺産・遺言等	0件
④制度・施策・法律に関わる要望	0件
⑤その他	0件

6月19日、第三者委員を招き「苦情解決結果報告会」を開きました。

今後も、苦情を受け付けた際には、迅速かつ誠意を持って対応して参ります。

編集後記

今年の12月にさきがけ県南だよりに、横手市の中学生の書いた「向き合おう」ということという作文が掲載されました。障がいのある兄を持つことをひた隠しにし一緒に行動する事を拒んでいたが、授業で障がいについて討論したときに同級生の偏見のない意見を聞いたり、姉の助言で自らの中にあった「差別的な目」に気付いたり、兄と向き合おう、自分自身とも向き合った結果「兄は自分の事を後回しにする優しい人だ」と気付き、自然に兄との距離が縮んでいった結果を赤裸々に綴っていました。お兄さんを想う家族や兄弟の気持ち、乗り越えてきたもの、そして、家族が丸くなっているような優しい気持ちの伝わり、涙が止まりませんでした。悩みながらの日々ですが、私自身も「向き合おう」ということを心に置いて、精進していきたいと思えます。

(伊藤)