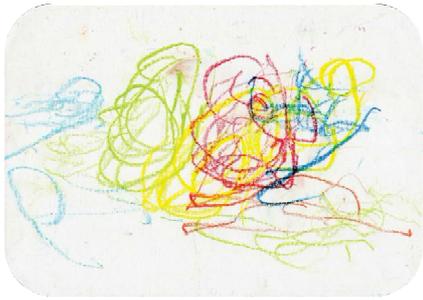


ひまわり通信



2024年春号



〈表紙絵〉 徳田 有美
『あかるいくのう』



「ご挨拶」

今年初めての『ひまわり通信』です。

令和6年になり今年はどうなるだろうかと思っていた矢先に石川県能登半島を中心とした地震により甚大な被害が発生しました。この災害により亡くなられた方のご冥福をお祈りするとともに、被災された皆さまに心よりお見舞い申し上げます。

コロナもインフルエンザも感染が治まっていない状況で、避難所では大変だろうと心配です。

災害状況を報道している場面では、障がいを持った方達やそのご家族の様子をあまり見る事もなく、どのように過ごしているのか、どのような支援や環境で対応が可能なのか、私たちの町で大きな災害があった場合にはどうなるのか、どうするのか不安になります。

施設に入所している場合には、わが子の安否は？情報は？どこを頼ればいいのか、災害の為に準備をしておかなければと思いますが、何をすればいいかわからず、なんとかかなるかと思うようにして毎日過ごしています。

以前、他市の機関紙を読んだのですが、親子で自立することが大切とありました。子供が自立したが、親が子供から離れられないといった事が多く、私の周りでもそういった方がおられます。私もそうですが「まだ大丈夫」「まだ子供といたい」と、自身の年齢や体力を考え子供の為に次のステップに進んでほしいと思います。親はいつまでも元気ではなく、その時、子供はどうなるのでしょうか・・・

『ひまわり作業所』では、令和6年も【ひまわり作業所ネットワーク事業】（*裏面参照）に取り組み、沢山の方々と繋がりお互いが支えあえるよう、関係者一同、毎日元気に前を見て進んでいこうと思います。

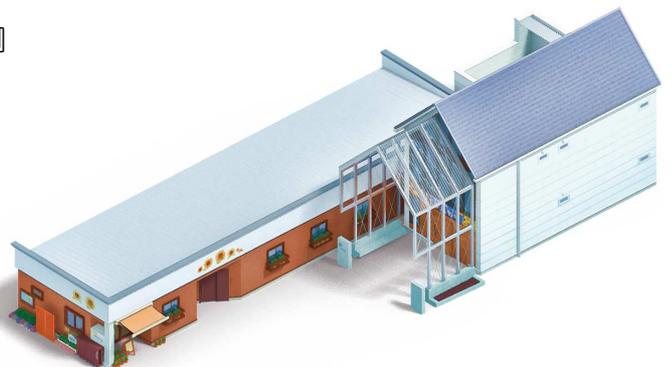
4月20日（土）には『小林和弘』さんの絵画イベントを開催予定にしています。楽しい1日となるよう皆様にご協力をいただきながら準備をしていきますので、是非ともご協力、ご支援の程よろしく願いいたすとともに、いつでも遊びに来ていただけたら嬉しいです。皆様とお会いできるのを楽しみにしております。

（理事長） 徳田 町子



（発行） 社会福祉法人 ひまわり

初詣
『布忍神社』



2023年11月9日木曜日

「来てくれました」

季節外れの暑さに戸惑い、アゲハ蝶が飛んでいるのを見て「がんばれ！」と、ちょっと感動。

本日は『獅子舞』が三重県から“お祓いお清め”に来てくれました。

見事な2対の獅子の舞と太鼓の音に見入ってしまいます。

一人ずつ『ガブ』っとしていただき、なんちゃって施設長がやってもらった瞬間

「かじりやすい頭でええなあ」と、理事長の一言に皆が笑い、楽しいひと時でした。



2023年11月10日金曜日

「おどろき」

絵画教室を開催して頂いてる『とのむら茂一』さんよりお知らせを頂きました。

～Facebookをご覧になったイタリア在住の抽象画の女性画家さん、Milena Rigolliさんが、ひまわり作業所さんの活動を見て、是非作品を寄贈させていただきたいと言っておられるのですが、Milenaさんからの寄贈作品を『ひまわり作業所』さんで受け取っていただくことは可能でしょうか？～
「まじですか！」思わず文章を見て声が出てしまいました。

寄贈していただけるのは嬉しいですが、そんなに大した活動や評価されるような活動はしてないです・・・お礼はどうしよう、日本語でもお礼状は難しいのに、まして英語？イタリア語で？関係者一同おどろき「どうする？」「イタリア語しらんで」嬉しさはどうしようといった変な感情でしたが、ありがたく寄贈を受けさせていただきました。

寄贈いただいた素晴らしい作品とみんなと写真を撮ってお礼をイタリアに送らせていただきました。遠い国からひまわりの活動を応援して頂けてる事に、本当に驚き感動し、これからもこのままの『ひまわり作業所』で『ひまわり作業所』らしく頑張っていこうと思います。

『Milena Rigolli』さん本当にありがとうございました。



2023年11月11日土曜日

「なんだかいっぱい」

11月11日（土）いっぴいの記念日がこの日にあって『ポッキーの日』『チンアナゴの日』『もやしの日』

なんちゃって施設長が12年前に禁煙した日になっています（笑）

『介護の日』もあるそうで、「いい日、いい日、毎日、あったか介護ありがとう」の語呂合わせから制定されたみたいです。

その11日（土）は『福祉ネイル』workshopと『ひまジム』の開催日でした。

どんな柄を爪に描いてもらおう、今回はこれを描いてもらおう♪ 最近では無理難題なお題を笑顔で出してくれます。

「これは、出来るかな」苦笑いをしながらキッチリ爪に希望の絵柄を描いていけます。

「すごいっすね！どんどんハードル上げてますけど、このままいくと“米つぶ”にも絵が描けるくらいになりますよ」と感心する職員に

「勘弁してください」と、また苦笑い。『ひまジム』では鬼コーチの指導のもと、みんなへこたれずに一生懸命に運動しています。

辛そうに見えてもずっと話を聞いて身体を動かしています。

「どう？しんどい？」と尋ねると「しんどいけど、終わったら身体が軽くなるから♪」と目をキラキラさせています。

午後はネイリストさんが「新聞紙で行う足の運動競争をしませんか？」と、用意してくれて超みんなで盛り上がりました♪





2023年11月21日火曜日

「 つるつるぴかぴか 」

『フェイシャル+』workshopを開催 平日という事で外部の来客はなかったですが、ひまわり利用者さんは昨日から準備している方も♪ 朝から順番にフェイシャルケアをしてもらっています。自身の顔を真正面に鏡で見、鏡越しに笑顔で話しかけられる。日常生活の中で皆さんは鏡の前で化粧をし、めんどくさいなあ・・・と感じながらするのか、楽しみながらお手入れをして化粧をされているのか、珍しい事ではないと思います。でも、重度の障がいを持っている方は自身では出来ない方もおられます。カサカサになったお肌、年齢と共にたるんできたお肌、少しのお手入れでツルツルピカピカになるお顔、やっぱりキレイになったり、明るくなって「きれいになったねえ」「お肌ススベ」と声を掛けられると、不思議とみんな笑顔になります。

月に一度のお顔のお手入れ、自身で費用を出してまでみんな楽しみにしています。

2023年11月25日土曜日

「 アンガーマネジメント 」

冬の始まりを感じながら開催された『ひまわり作業所勉強会』今年で6回目となります。テーマは『怒りの感情と上手に付き合う』～アンガーマネジメント～についての講義でした。昨年の勉強会でも取り上げる予定でしたが時間が足らずに、1年間待ったテーマとなります。

1. アンガーマネジメントとは
2. ストレスってなに？
3. 怒りの基礎知識
4. 怒りの切り抜け方を身に付ける

怒りは消して“悪”ではなく、人間の感情としては大事な物。

しかし、それをぶつけていくのではなく上手に切り抜ける事を身につけて、自身の“怒り”のタイプ どういった事で怒りを感じるのかを知る。“怒り”の底にあるもの（不安や恐怖等）も知り、それを引き出していく事で“怒り”の本質をコントロールしていく。

普段の生活の場、仕事の場でのイライラや怒りも、少し落ち着いて考える事で余裕が生まれる。

まだまだたくさん講義中にうなずく事もありました。

誰も怒りたくないし、誰にも怒られたくない、笑顔で過ごしたい、世界中一致していると思うんですが・・・

外部の方も勉強会に参加していただき、感想の投げかけもきちんと答えてくださり、良い勉強会になりました。

最後の『怒りのタイプ別診断』では自身を動物に例えてタイプ診断します。

ちなみになんちゃって施設長は「慎重ウサギさんタイプ」でした。気になる方は調べてみてください。



2023年12月2日土曜日

「 ボッチャ大会 」

『NPO法人障がい者支援ねっとまつばら』主催の“ボッチャ大会”が松原市民体育館で開催されました。

ひまわり作業所から4チームが出場しましたが、残念ながら決勝リーグに残る事が出来ませんでした。

久しぶりの『ボッチャ』に一喜一憂し、見ているこちらもハラハラドキドキ♪ 勝って喜びチームでハイタッチして、普段では見られないイキイキとした姿に感動♪ 負けて悔しがる姿にも感動♪ みんなで楽しんだ一日となりました。



2023年12月20日水曜日

「身だしなみ」

『ヘアカット』の日

重度の障がいをもった利用者さんや車椅子の利用者さんは、なかなか散髪やヘアサロンはしんどいかな。

ご家族さんが元気な時は連れて行ってもらえたけど、自身で行くにはちょっと無理です。

お洒落な髪形や、かわいくメイクやネイルをして出かけた、誰しも思う事です。

「やっても家と施設だけやし」「誰に見せるの?」

でも、身だしなみや普段と違うお洒落をして「ええやん♪」「かわいいね♪」と、

見慣れた職員や他の利用者さんから言われても笑顔になります。大事な事だと思います。

整った髪型をほめてもらってニコニコです。ご家族さんも覗きに来て賑やかな空間に活気も出ます。



2023年12月22日金曜日

「クリスマス会」



『ひまわり作業所クリスマス会』開催

『的あてポッチャ』は毎年恒例 点数を競い合う中、高得点にはみんなで喜び、失敗にはみんなで残念がり
和気あいあいとした時間がながれます。表彰式の『くす玉』も大きくリニューアル♪

「来年は1番になりたい」もう来年の話ですか(笑)

昼食は『ピザ&ポテトフライ』 嫌いな人は誰もいませんね。

午後からは『ひまわりシネマ』の映画会

初めての試みで、暗幕を準備してプロジェクター&スピーカー、映画館に必需品となる
“ポップコーン”も用意して立派な映画館になりました。

結構みんなジッと観てくれていた?寝てた?ので、『ひまわりシネマ』は今後もやっていこうと思います。



2023年12月23日土曜日

「にぎやかに」

『とのむら茂一』さんの絵画教室の日 テーマは『はじき絵でクリスマスを表現しましょう』

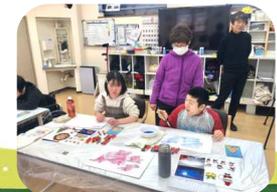
毎年恒例『とのむらサンタ』が登場し、みんなから「サンタさんの服、ボロボロやん」突っ込みを入れられ、「来年はもっといいやつを購入します」なぜかサンタさんが恐縮する。

そんな『とのむら』さん取材に『うじテレビ』の方達がカメラを持ってひまわりへ。

いつもとは違う雰囲気ではじまった絵画教室でしたが、緊張感もなくいつもの利用者さん達、横の部屋では『ひまジム』で鬼コーチの白熱の運動指導に熱気ムンムン。

絵画教室に看護師『のんのん』さん、書道講師『洸佳』先生も見学に来てくれました。

『ショップひまわり』販売用に【クリスマスお菓子セット】や【ラー油】を道に迷いながら持って来てくれた“フードコーディネーター”『sousou』さんも来られ、活気あふれる空間に時間があっという間に過ぎていきました。取材で来てくれた『うじテレビ』の方々にはひまわり作業所がどう映ったかな?



2023年12月25日月曜日

「キラキラ」

2023年最後のworkshop『のんのん』さん主催の【LEDライトキャンドル】を開催告知をした時から利用者さんにご家族さんから予約が入り、皆楽しみにしてました。キラキラしたキレイな物は子供から大人までみんな大好きですね。

カラフルに色分けされたゼリーのようなキャンドルを容器に詰めていきます。自身の好きな色、好きなキャラクターを思い浮かべた色、その人をイメージした色、テーマを決めた色、小さな容器に詰めていく色は同系色でもみんな少し違う、それぞれの個性が生み出す色は面白いです。スイッチを入れてキラキラとLEDが照らす容器に見とれながら笑顔で持って帰って行きました。2023年も【ひまわり作業所ネットワーク事業】にご協力頂いた方々、本当にありがとうございました。



2024年1月5日金曜日

「明けましておめでとうございます。」

元旦からの地震、飛行機事故があり、初出となる本日、みんな元気に通所していつもの賑やかな空間で新年のあいさつをしたかったのですが、年末からの体調不良、年始からのインフルエンザ、コロナ感染と「お休みします」との連絡が相次ぎ、年の初めに不安を感じましたが、実りある年となるようにみんなでお詣り。

さすがの事態に「みんな自分の事もそうやけど、今年はひまわりも無事をお願い♪って神様にお願いしておいて～」個々にお賽銭（10円）を手渡していく。一生懸命をお願いしてくれたと思います。毎年一緒にご参加して下さる画家『とのむら茂一』さん、『布忍神社』の“恋みくじ”が楽しみ、一緒に利用者さんも“恋みくじ”をします。書いてある言葉に一喜一憂、見せあいながら「ええやん」「どういう意味?」「重い言葉やわ」と盛り上がっています。例年より少ない人数になりましたが集合写真を撮って帰ってきました。今年も皆元気に笑顔が絶えない『ひまわり作業所』になりますように♪



2024年1月6日土曜日

「“初”workshop」

新年一発目【ひまわり作業所ネットワーク事業】書道家『玉置洸佳』先生『書き初めworkshop』を開催初めての『書き初め』にウキウキ?ドキドキ?ソワソワ?「字ヘタやからはずかしい」「何を書いたらいいかわからん」戸惑いと恥ずかしさに一歩ならぬ一筆がでない。「もう書いていいの?」戸惑いを払拭する一言、誰??しゅ~っと書く文字は『仁愛』半紙の半分だけに小さく(笑)「ちっさ!!」の声に「久しぶりなんや」と度胸抜群の理事長ここからみんな緊張が解けてバシバシ好きな言葉を書いていく、やりたくないと言っていた利用者さんも「やっぱりやりたい」と覗きに来る。“絵”とは違う“文字”をみんな本当に上手に書いていきます。思った事、言いたい事、見慣れた事、“文字”という直接的で伝えやすい方法だからなのか、始めのモジモジした雰囲気は何処へやら、半紙の減る量が半端ない。

新年“初”workshop 本当に楽しい時間となりました♪



『小林和弘』絵画展

2024年1月9日（火）～4月20日（土）最終となる4月20日（土）はイベント同時開催予定
平日10：30～14：30 日・祝祭日は閉所（*土曜日は月2回程度開所）

『小林和弘』 1977年生まれ。 13歳の時から絵画教室で絵を学ぶ。

小林さんは軽度の知的障がいと難病（少しずつ筋肉が動きにくくなる病気）です。

そのため歩くことはできず、電動車椅子の生活です。

しかし彼はとてもアグレッシブで電動車椅子に乗り、一人で電車に乗ってどこにでも出かけます。

お母さんと一緒にヒマラヤまで行ったこともあります。

そのヒマラヤでの体験が彼には大きな影響になり、最近は山をテーマにした作品が多くなっています。

作品制作でも握力が弱いため絵筆をにぎるのもどうにか持てるような状況です。

持ちにくい筆をキャンバスに擦り付けるように描く独特の筆致が作品の魅力のひとつとなっています。

個展：2017年（アートスペース上三条/奈良） 他多数。

小林 和弘
絵画展

開催期間 2024
1月9日[火]

4月20日[土]

10：30～14：30
*土・日・祝祭日はお休み
*ひまわり作業所「ショップひまわり内」

MAP
大阪府天美南2-190



生まれ
変わりました

個性を尊重し、ともに歩むサポート

社会福祉法人 ひまわり
HIMAWARI

『ひまわり作業所』ホームページが
“リニューアル”しました♪
これからもよろしくお願ひします。

facial & beauty

2月6日（火）
10:30～14:30
ショップひまわり内

- ・フェイシャルトリートメント
- ・フットトリートメント
- ・耳ツボジュエリー
- ・ヘッドマッサージ
- ・メイク

各 1,000円

～ ひまわり作業所ネットワーク事業 ～

【関わる人がみんな良い関係や繋がりを持てるような事業】

- ・地域で活動している方達への場所の提供や応援
- ・お手頃価格で興味ある事を地域へ提供
- ・障がいを持った方たちへ仕事の提供や応援
- ・障がい者福祉活動の啓発や発展

ワークショップや個展・展示、勉強会やお楽しみイベント
ショップひまわりでの販売等 試行錯誤しながらやっています。
是非ともご支援ご協力をお願いいたします。

ひまわり作業所ネットワーク

HAVE A GOOD TIME
福祉ネイル

ネイルメニュー 3月6日（水）
10:30～14:30
ご予約
090-1140-0556 本日まで
*ご予約はしても大丈夫ですが、予約キャンセルさせていただきます。
場所：ショップひまわり

〔ホームページ〕

〔メールアドレス〕



社会福祉法人ひまわり
指定障害福祉サービス事業（生活介護）
ひまわり作業所
〔平成24年4月開設〕

障がい児（者）
日中一時支援事業 ひまわり

運営主体 社会福祉法人ひまわり 〔設立平成16年4月〕
〒580-0033 大阪府松原市天美南2丁目190番地
TEL&FAX 072-3335-5120

〔ホームページ〕 <http://himawari-sagyouso.com>

〔メールアドレス〕 info@himawari-sagyouso.com



自主製品
プレゼント

※こちらを切り取ってお持ちください。
※100円程度の雑貨になります。
（令和6年2月末日まで有効）