

にしじんこうぼう 西陣工房だより

社会福祉法人 京都西陣福祉会
障害者多機能型事業所 西陣工房
〒603-8333 京都市北区大將軍東鷹司町 109-1
☎(075)462-9101 Fax(075)468-9122 mail info@nishijinkoubou.com



信州高遠青少年自然の家合宿 スノーシューを履いて R6.2.12 (月)

【3月の予定】

- 3月2日(土)ウクレレサークル 10時～12時
- 3月20日(水)リクレーション(竹生島と長浜黒壁スクエア散策)9時～17時30分
- 3月24日(日)京都卓球バレー協会交流大会(京都障害者スポーツセンター)9時40分～16時
- 3月31日(日)スポーツデー(京都市内散策～桜を求めて3万歩)9時～16時

【来月以降の予定】

- ◆ 4月19日(金)、20日(土)西陣工房オープンデー
- ◆ 5月3日(金)～5月5日(日)春合宿(国立三瓶青少年交流の家)

●3月2日(土)ウクレレサークル 10時~12時

3月のウクレレサークルは「翼をください」と「パプリカ」を練習します。まだまだうまく弾けていない人が多いのでしっかり練習してください。次の出演は4月19日、20日の西陣工房オープンデーです。みんなで音を合わせてすばらしい曲にしていきたいと思います。



shutterstock_149177468

●3月20日(水)リクレーション 琵琶湖竹生島クルージングと長浜散策 9時~17時30分

西陣工房の愛唱歌、琵琶湖周航の歌に出てくる竹生島に行きます。9時に西陣工房に集合して円町から JR で近江今津へ。そこから船に乗り「古い伝えの」信仰の島「竹生島」へ。島を巡り、昼食を摂り今度は長浜まで船に乗ります。長浜は豊臣秀吉が開いた歴史の町。黒壁スクエアなどを散策して JR で京都へ戻ります。今回は電車と琵琶湖クルージング、歴史観光と、ほぼ琵琶湖を一周する盛りだくさんな日帰り旅行となります。たくさんの参加をお待ちしています。お昼ご飯と飲み物は各自で用意してください。



●3月24日(日)京都卓球パレー協会交流大会(京都障害者スポーツセンター)9時40分~16時

3年ぶりに従来通りの交流大会になりました。障害の有無を問わず誰でも参加出来る大会です。西陣工房は利用者3チーム、保護者1チーム、職員1チームの5チームでの参加です。開会式は9時40分~、競技開始は10時です。遅れないようにしてください。交流大会が終わってから今年10月に佐賀県で開催される障害者国体の京都代表チームを決める西陣工房チームと京田辺チームとの決勝戦があります。応援をよろしく願います。



●3月31日(日)スポーツデー(京都市内散策 桜を求めて3万歩) 9時~16時

今年も天神川の桜の回廊、桂川中洲など桜を見ながら京都市内を散策したいと思えます。お天気と皆さんの体調を見ながらコースを考えていきます。開花状況はまだわかりませんが、今年はかなり暖かいので3月実施といたします。心地よい春の陽気を感じながら綺麗な桜を巡って歩きましょう。お昼ご飯と飲み物は各自で用意してください。



能登半島地震の救援金のご協力をお願い。

能登半島地震の救援金を募集しましたが、京都新聞社会福祉事業団の受付期間が3月末まであり、西陣工房でも受付期間を3月25日まで延長します。みなさんのご協力をお願いいたします。



【先月のできごと】

●2月3日(土)ウクレレサークル 10時~12時 利用者15名参加

●2月11日(日)~2月13日(火)冬合宿(国立高遠青少年自然の家)利用者12名参加

●2月17日(土)保護者会リクレーション 利用者12名、保護者11名参加

●2月11日(日)～2月13日(火)冬合宿(国立高遠青少年自然の家)

今回の冬合宿は、過去8回の高遠での冬合宿において最高のコンディションに恵まれました。滞在中、高遠らしくなく、夜明け前の最低気温でもマイナス 8度程度。野外活動中は晴天に恵まれ、気温は 0度前後でしたがポカポカする感じで、快適にスノーシューを履いての山歩きやスキー、さらにはカーリングやそり遊びを楽しめました。特に自然の家の裏山から見える八ヶ岳や中央アルプスの木曾駒ヶ岳、南アルプスの仙丈ヶ岳の雪景色が見事でした。また、体育館でのソフトバレーボールも、プレーする時間の経過と共に思い出したかのように上手くなっていくのを感じました。何事もやり続けて習慣化すると難しいことも出来るようになる。利用者の姿勢もさることながら、むしろ指導者の根気が課題なのです。

合宿生活においても、立派な宿舎をあてがわれ、つどい、食事、入浴、掃除など、概ね決められたルールに従って行動できたように思います。道中に公共交通機関を利用することでさらに社会との接点を体験できました。特に中央東線茅野駅から7回乗り換えて円町まで帰ったJRにおいて、荷物は網棚に上げて4つの座席を4人で座るように心得ました。今回は列車が空いていたので全くトラブルは感じませんでしたが、自分で網棚に上げられないような大きな重い荷物を持って来ているとか、必要も無く大声を出すとかの行為は改善すべきです。



カーリングボーリング 信州高遠青少年自然の家にて R6.2.12

最近、合宿の参加者が常連で固まる傾向にあります。合宿は非日常性を体験することでいろいろな気づきを得て、人間性の視野を広げることを目的としています。参加者にとっては辛い部分もあるかも知れませんが、ワンパターンですべてが終わるような価値観から脱却する貴重な機会です。また、利用者同士の間柄も大きく深まります。連続で参加している利用者については結構精神面での成長を感じます。冬は「寒いから」と敬遠されがちですが、保護者の方々におかれては持ち物の軽量化と同様、利用者任せにせず、強く参加を勧めていただきたいものです。合宿は施設としても簡単に実施できるリクレーションではありませんが、精神的自立を目指す西陣工房の重要な事業として破格の参加費を設定して実施しているということをご理解いただきたいところです。しかしながら、国は来年度より今まで無料であった合宿所の利用料の有料化を打ち出したため、5月の春合宿(島根県三瓶で実施)からは5000円程度の負担増が必至の状況になっています。以上、ご理解の上、次回は多数の参加を期待するところです。(河合)

●2月17日(土)保護者会主催リクレーション(西陣工房)利用者12名、保護者11名参加

今年も保護者会の冬の親睦会が開催されました。23名と、保護者会の親睦会としては少ない人数でしたが、卓球バレーと百人一首で楽しみながら親睦を深めました。

まず、3月24日(日)開催の卓球バレー交流大会に今年も保護者会チームで出場するので、その練習を兼ねて卓球バレーの試合を行いました。不慣れさもあって、ネットを触ったり、立ち上がったりと、初心者に見られがちですが、おどくありましたが、選手の皆さんは必死でピン球を追っておられたようです。

百人一首では、利用者チームと保護者チームに分かれての団体戦となりました。さすがにグループホームで鍛えているメンバーは強く、練習を繰り返すことの効果を実感しました。(河合)

調理作業

今年も早いもので2月が終わろうとしています。

調理作業では一人一人が決められた少しずつ役割がこなせるようになってきました。

メイン料理担当の利用者は、全体の動きを見てほかの利用者を引っ張ることのできる頼もしい存在です。副菜担当の利用者は、メニューに合った食材の切り方が分かるようになり、手順を見て調味料を合わせる事が出来るようになりました。汁物担当の利用者は具材の見本があれば同じように切って、手順を見て汁物やスープが作れるようになりました。洗い場の担当者は食洗機を上手に使いこなし時間までに片付けが出来るようになりました。

朝は9時15分から作業を開始し、掃除を含めて14時までにはすべての作業が終わります。その後はそれぞれの作業場へ移動し、気持ちを切り替えて午後からの作業に取り組んでいます。

今年の節分は2月3日(土)でその前日の昼食時に豆を配りました。

地方によって節分は「年取りの日」とされて「年の数だけ豆を食べる」という風習があり体が丈夫になり病気になるににくいと言われています。また、七福神にあやかり7種類の縁起の良い食材を巻いた「恵方巻き」と呼ばれる巻き寿司があります。カットせずに1本丸ごとを、恵方を向いて願い事を思い黙って食べるのが良いとされています。皆さんのお家ではいかがでしたでしょうか？

私事ですが今年も節分の日に蘆山寺と吉田神社に行ってきました。2時間以上立ちっぱなしでしたが、鬼のお加持、鬼踊り、法弓、豆まきを楽しんで、皆さんの無病息災をお願いしてきました。



蘆山寺にて R6.2.3

~どうぞこの1年、皆様が健康に過ごせますように

さて、京都の郷土料理をご存じでしょうか？

郷土料理として上げられるものの中に湯葉、竹の子田楽、にしんそば、湯豆腐、ちりめん山椒、菜の花の辛し和え、あんかけうどん、西京漬け、鱧、しば漬け、おぼんざい、水無月などがあります。昼食にいくつかお目見えしたと思いますが、これからも四季に合わせた食材を使い季節を感じながら美味しく食べていただけるように頑張っていきます。

