

ゆっくら通信

社会福祉法人ゆっくら
〒301-0834
茨城県龍ケ崎市古城 3204
電話番号 0297-85-4301
<http://yukkora.jp/>



～ あの日見た青空 ～

就労継続支援B型 花農場
牧野 朋子

私が、花農場に異動してきて1年目。色々な不安を抱えていた。
数日続いた雨が上がり、晴れたある日。
いつものように朝礼が終わり、久しぶりのラジオ体操。
ふと、空を見上げた際、隣にいたメンバーさんも空を見上げて
『雨がお空をキレイに洗ってくれたのね～キレイな空だね～』と声をかけてくれた。

見上げた空は、雲一つない澄みきった青空だった。
同じ空を見上げたメンバーさんが、声をかけてくれて、なんだか私の心までキレイに洗ってくれたようだった。
そのメンバーさんにとっては、何気ないことだったのだろうけど、不安を抱えていた私にとっては力になるような出来事だった。
あれから6年が過ぎ、花農場での勤務も7年目になりました。
支援する側ではありますが、今も職員・メンバーに支えられ、私の心を洗ってくれたメンバーさんのように、心を和ませることができる人を目指して、仕事を続けています。

～ お知らせ ～

グループホーム 古城の家
大沢 さち子

令和6年1月付で、グループホーム古城の家の施設長になりました。
それと、4月1日付で、ゆうあいワークインと兼務で 國府田 大騎さんが新たに加わりました。
どうぞよろしくお願いいたします。

例年、古城の家では桜見物に出掛けます。
今年は4月4日に しだれ桜で有名な般若院へ行きました。
般若院のしだれ桜は、樹齢推定約500年と言われており、1本立ちで高さ約10m、幹回り約5mもあり存在感のあるものでした。
県の天然記念物に指定されており、いつまでも桜を見に来て下さる人達を幸せにして欲しいと願っています。

～ ☆一年間のプログラムを振り返って♡♡/☆ ～

今回は、いつも参加している利用者の方々にお話を聞きましたので発表したいと思います。
これからも色々なプログラムを通し、利用者の方の希望や居場所を作っていけるように努力していきます。

地域活動支援センター ふれんず
白石 佳代



ミカン狩りが印象に残っています。筑波山の奥の方にあるそれほど高くない位置にみかんが沢山実って、感動しました。食べてみると、甘酸っぱくて実が詰まっている感じがしました。帰り、小さな小川が流れていて、絵になる府警で写真を撮り大切な記念になりました。茨城県がもっと好きになりました。

E・M

これまで色々な所に行ってきました。四月は、鹿島神宮に行きます。色々なパワースポットに行きたい。

F・T



自分では行けない所に行けて、ランチ会やイベントで連れて行ってもらえて楽しい。つくばみらい市は、あまり行く所がないので、寂しいが楽しみが増えて嬉しい。

T : K



キッコーマンの工場見学が印象に残っていて、中でも醤油ソフトクリームが美味しかった。

E・R

毎月楽しいイベントが企画されて、非常に楽しみです。特にランチ会は、毎回違うメニューで違う場所、嬉しい。海鮮丼やインドカレー、ラーメン来月は、焼肉と楽しみ。その他のイベントも楽しみです、これからも参加していきたい。

E・N

～ 地域探索

歴史民俗資料館「むかしの学校」見学を終えて～



地域活動支援センターゆうあいワークイン
KMさん

去る3月19日、「ゆうあいワークイン」ではプログラムとして、地域探索・歴史民俗資料館「むかしの学校」見学会が行われました。

この建物は、龍ヶ崎「大昭ホール」に隣接する資料館です。

「ワークイン」では、数年前にもこのプログラムが実施されたそうですが、私が行くのは今回が初めてです。

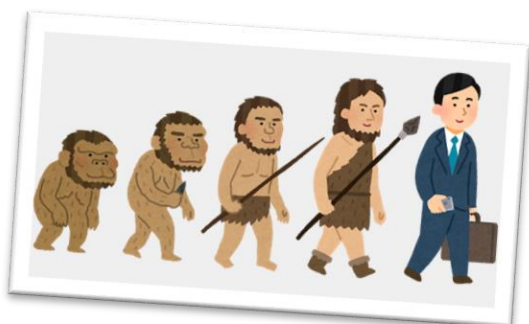
今回は、スタッフ2名、メンバー4名、計6名が参加しました。

当日は、前日のような強風にあおられる事もなく、ゆったりとした道中でした。

「ワークイン」から20分ほどで資料館に着き、中に入ると早速、展示物を見学しました。

中には色々なパネルに展示物が飾られ、龍ヶ崎の歴史から縄文・弥生時代の断層から出土した石器や食器・土偶の品々、平安・奈良・室町・鎌倉・江戸時代の遺品、明治から昭和にかけての小学校の変遷や当時の校舎・教室・児童たちの写真、昭和当時のレアなレコードや足踏みミシン、赤電話の数々、食生活など当時の庶民の暮らしがソックリそのままリアルに再現されている展示物を見学し、時代の流れと共に移り変わってきた龍ヶ崎の歴史と文化をじっくりと学ぶことが出来ました。

そして帰りの車中で、私はスマートフォンで音楽を聴きながら、とても印象に残った今日の見学会の事を反芻しながら帰途につきました。



～ 利用者の皆さんに聞きました ～

夏にそなえて何か対策してますか？

- ポカリスエットを20本買いストックしている。(YKさん)
- 暑さに少しずつなれるようにしている。(TOさん)
- 冷房で体が冷えすぎないようにしている。(TOさん)
- 体温が上がり過ぎないように、濡れタオルを使ったり冷たい飲み物を飲む。(KMさん)
- エアコンを使い、室温調整をする。(KMさん)
- 日中は冷えタオル、夜は氷枕を使い熱中症対策をしている。(六花さん)
- 夏場は汗をかいた時のために、カリカリ梅やライチで塩分補給をしている。(六花さん)

～夏場の水分補給のワンポイント～

5月から暑くなりこれから夏本番を迎える中、皆さんそれぞれ暑さ対策をしていますね。

夏場は汗をかいて水分補給をする機会が多くなります。スポーツ飲料などの甘い飲み物を飲むことが多くなるとペットボトル症候群になりやすくなってしまいます。スポーツ飲料などの甘い飲み物だけではなく、麦茶や水といった甘い飲み物以外でも水分補給をしていきましょう。(K)



～ 薔薇 ～

地域活動支援センターゆうあいワークイン 六花さん

バラとは不思議な花だと思う
バラは数や色で意味する言葉が違うのだから

赤は愛を意味するというのに白は純潔を意味する
ピンクはしとやかや上品、女性をほめる言葉となし
青は奇跡や神の祝福
同じ赤でも濃紅色は内気や恥しさなど違う意味となす

他の花は色を違えど似た言葉があると言うのにバラは違う

そしてバラは数にて告白となす
よく映画で男性がバラの花束を女性にあげて告白するシーンがあるが
告白は赤いバラを3本で意味するらしい
「愛してます」「告白」と意味する

100本のバラは永遠の愛と言うけど百本のバラは「100%の愛」で108本が「結婚して下さい」と意味する

女性はバラを受け取り喜ぶがその色や形で表現が変わることを知ってほしい
トゲのないバラは友情、黄色のバラは友情や平和があるが
嫉妬、赤黒は憎悪うらみを意味する



男性からバラをもらう事は嬉しく浮かれるのはわかるが
バラの色や数で彼の愛を確かめるのも大事だと思う

だから私はバラが不思議な花と思うのだ
それを無意識に女性は知っているので女性はバラを愛する

そして私は緑のバラをおくらせてもらいます

穏やか 希望を持ちえるを意味するバラを



事業所名	電話番号	所在地
本部	0297-85-4301	〒301-0834 龍ヶ崎市古城 3204 2F
ゆうあいワークイン	0297-64-1335	〒301-0005 龍ヶ崎市川原代町 2422-10
花農場	0297-64-1393	〒301-0005 龍ヶ崎市川原代町 2422-11
古城の家	0297-85-4304	〒301-0834 龍ヶ崎市古城 3204
ともだち村	0297-58-5201	〒300-2307 つくばみらい市板橋 2147-1
ふれんず(きらく山)	0297-58-0466	〒300-2312 つくばみらい市神生 530 きらくやま内
ふれんず(板橋マリーナ)		〒300-2307 つくばみらい市板橋 2147-4
ボランペの家	0297-57-0756	〒300-2307 つくばみらい市板橋 2147-4
相談支援事業所マリーナ	0297-58-3670	〒300-2307 つくばみらい市板橋 2147-1
フレッシュグリーン	029-875-3680	〒305-0861 つくば市谷田部 4701-2