

いろいろ情報メモ

グループ活動利用できます。

苫小牧地域生活支援センターでは、当事者・家族・精神保健に関わる活動やその他の地域活動を行っているグループにセンターの各部屋を提供しています。

これまで回復者クラブを中心に、ミーティング、イベントの準備などに利用していただいています。

デイケアで、作業所で、仲間同士などのグループ活動で、また家族やボランティアの方々も利用できますので、予定がありましたら、事前にご連絡をお願いします。

- 原稿募集**
- *「持ち寄りコーナー」
日頃思うこと、詩や俳句、その他何でも皆さんの声。
 - *「日常生活研究所」
料理や掃除、洗濯の技や手抜き法、節約術など。
 - *「いろいろ情報メモ」
イベント案内、サークル仲間集めなど。

ボランティア募集

精神保健分野に関心があり、障害者支援施設等でボランティアをしたいという方を募集しています。

生活支援センターでは、ボランティアと受け入れ先の連絡調整を行ないます。詳しい内容につきましては電話でお問い合わせください。

リラックス方法

大募集

みなさんが落ち込んだ時に心が落ち着ける方法を募集しています。音楽、本、方法、言葉など、何でも構いません。

センターまでご一報を！

お問い合わせ先

情報誌について、生活支援センターに関することは全てこちらにお問い合わせください。また、質問、ご意見もお待ちしています。

苫小牧地域生活支援センター
TEL (0144) 75-2808
FAX (0144) 75-2815
Email care@oregano.ocn.ne.jp

苫小牧地域
生活支援情報誌

やっほ YAHHO

発行：社会福祉法人せらび 苫小牧地域生活支援センター

〒053-0803 苫小牧市矢代町3丁目3-3 TEL (0144)75-2808 Fax (0144)75-2815

E-mail care@oregano.ocn.ne.jp

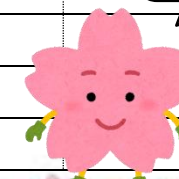
声をなげかけ、♪♪「やっほ～」

返るこだまに耳を傾け、「やっほ～」「やっほ～」♪♪声を返して、またまた♪「やっほ～」

生活支援センターの2023年度レクリエーション予定が決まりました！

月	内容	場所	その他
4	卓球	センター	
5	花見	緑ヶ丘公園	
6	バーベキュー	センター	
7	空港	新千歳空港	
8	スイカ割り	センター	
9	ノーザンホースパーク	苫小牧美沢	
10	パークゴルフ	アルテン	
11	食べ放題	イートアップ	
12	クリスマス会	未定	
1	新年会	未定	
2	イチゴ狩り	大地のトビラ	
3	レクミーティング	センター	

予定ですので、変更となる場合があります。



編集後記

ゴールデンウィークが近づいてきましたね。皆さんはどう過ごされますか？私はここ数年ギリギリまでゴールデンウィークの予定を何も決めず思い付きで遠出をしています。思い付きなので向かった先のお店が開いていなかったり、思った通りの時間に到着しなかったりなど、アクシデントはありますが新しいお店を見つけることが出来たり、いつもと違う時間帯の景色が見れたりその時々を楽しんでいます。ぜひ皆さんもおすすめのゴールデンウィークの楽しみ方があったら教えてください（加）

苫小牧地域生活支援センター 5月のレクリエーションは花見です

◎ 場所 緑ヶ丘公園（苫小牧市字高丘）

◎ 日時 令和5年5月 2日（火）14:00～15:45

◎ 締切日 令和5年4月28日（金）17:00まで



東胆振圏域の社会資源紹介コーナー

東胆振圏域内の社会資源を紹介していきます。
今回ご紹介するのは、苫小牧市内にある

【社会福祉法人ビバランド】さんです。

この記事は「社会資源調査隊（ピアヘルパー）」が作成してくれました。

今回は、
就労継続支援B型事業所
共同生活援助
生活介護
3カ所調査します！



【就労継続支援B型事業所 愛らんど】 ～答えてくれた方：長畑 美晴 さん～

◇利用定員◇ 20名（現在利用者数23名）要相談ですが今後受け入れ可能かもしれません

◇利用者の年齢層◇ 20代～60代

◇利用条件（対象の地域など）◇ 自主通勤できる知的障がいの方が対象です
バス通勤またはご家族の送迎。パンの早出作業の方はご家族の送迎で来られています

◇利用の場合の注意事項◇

特別な注意はありませんが、食品に携わる仕事なので衛生面に気を付けられる方

◇通所の方法について◇ バス通勤ができる方、送迎は行っていません

◇作業時間、休憩時間について◇

8：45～15：15 小休憩なし

営業の関係で休憩は交代制（11：30～12：30、12：30～13：30）

勤務はシフト制（1日20名出勤）、月8日休み（うち月4日は全員休みの日）

休み希望は個別に伺います。店休日の作業は清掃がメインです

◇営業している曜日と営業時間◇ 月曜日～土曜日 9：30～15：00

◇仕事内容◇

○製造の仕事（現在男性10名、女性3名）男性希望者が多い傾向です

天板作業、生地計量、生地成形、窯だし、焼成、ラスク作業など

希望者は外販にスタッフと参加します

○販売の仕事（現在女性10名）女性希望者が多い傾向です

パン袋詰め、ラベル貼り、配達、毎月決まった所へ納品

どの仕事も大切な作業です。パン作業は、とくに生地に触りたいという方が多く、その方の目標に沿えるよう一連の作業から学んでいきます

◇昼食について◇ お弁当持参（デザート持参は遠慮していただいています）

◇工賃◇ 約25,000円（2022年度平均工賃）時給はスキルに応じて違います（基準有り）

◇体験利用について（申し込み方法など）◇

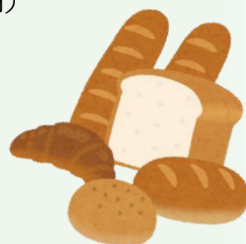
いつでも大丈夫です。体験利用前に検便をするため事前に連絡をお願いします

◇居場所作りを高めること、仕事意識を高めること、どちらを主体にしていますか？◇

仕事意識を高めることです。居場所作りも大切ですが、パンの売り上げによって給料が変わりますので、皆さんで沢山販売し収入を上げようという気持ちを共有しています。

◇愛らんどさんで仕事をする魅力やアピールしたいこと◇

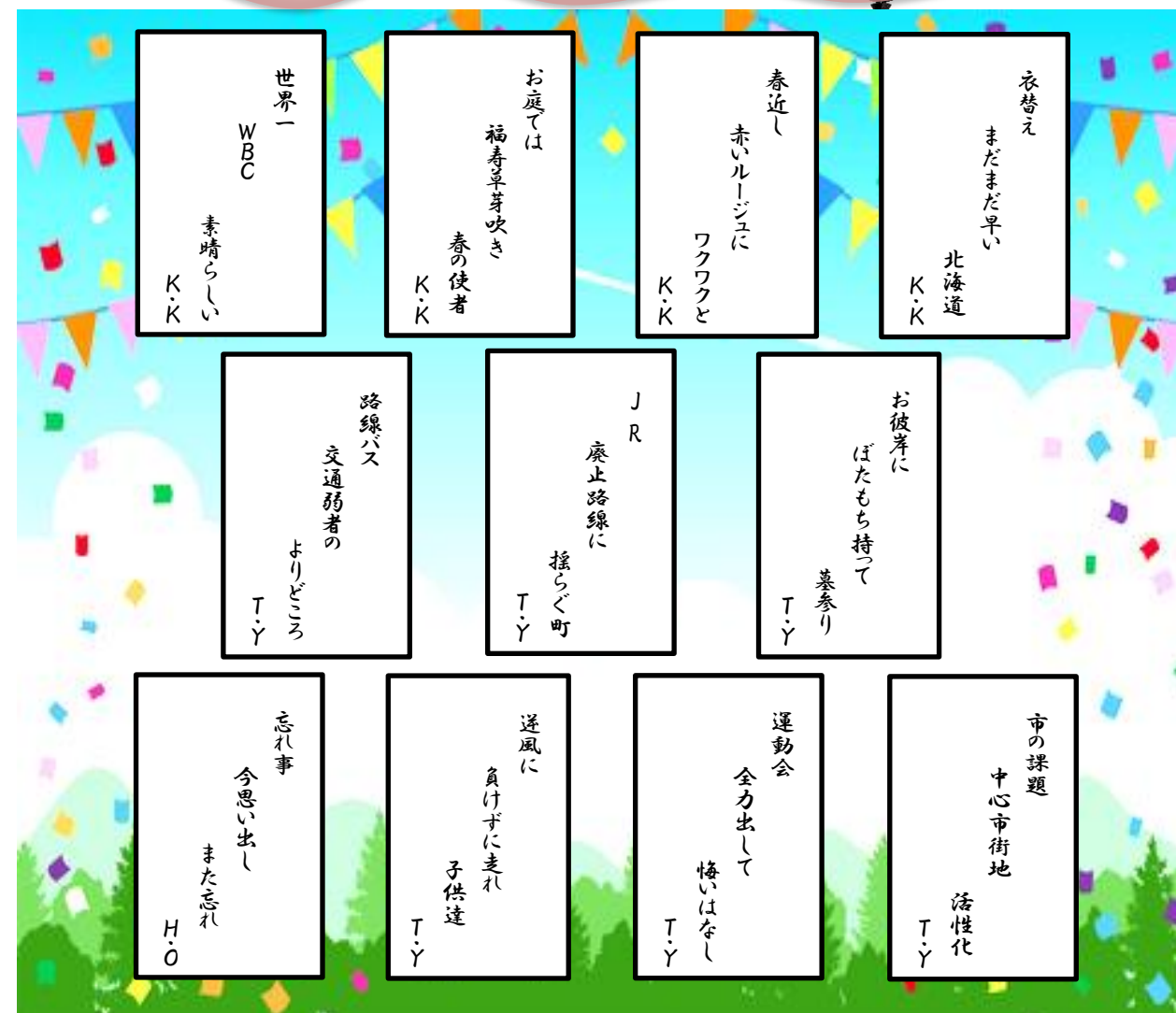
年齢層は幅広いですが、明日もまた仕事に来たいと思ってもらえるような、楽しかったな、明日も来たいなと思ってもらえるような仕事のサポートをしていきたいです



センターへの投稿や有名な川柳・俳句・ポエムをご紹介します。

川柳

俳句



ダジャレ コラム

・旅館で前日遅くまで騒ぎ朝寝坊！朝食間に合わず超ショック（朝食）

・モアイ像が競争するんだって、どうだった？いいスタートだったよ。

（イースター島）

・夏になると、街中華も忙しくなるね、冷やし中華冷やし中だ！（冷やし中）

・タクシーに乗りたいけど、運転手集まっておしゃべりしてるこのタクシー誰の！

わたくしー（タクシー）

・アンパンマン、ジャムおじさんはいつもジャムを持参（ジャムおじさん）

H・Oさん



【生活介護 ふれあいランド】～答えてくれた方：森岡 ^{もりおか} 大法さん ^{ひろのり}～

◇利用定員◇ 30名（現在の利用者数30名、空きなし。男性14名、女性16名）

◇利用者の年齢層◇ 20代～70代（平均30代半ばくらい）

◇利用条件（対象の地域など）◇ 苫小牧市内にお住まいの知的障がいの方

◇利用の場合の注意事項（段差ありなし等）◇ バリアフリーではないので、自分で動ける方

◇通所の方法について◇ 福祉有償送迎車にて、ご自宅から事業所まで送迎あります

ご家族の送迎で来られても大丈夫です。現在送迎は利用されてる方のみとなり、新規の受け入れが難しい状況です

◇送迎の範囲◇ 明野元町～宮前町まで

◇通所の交通費について◇ 距離に応じて料金が変わります。回数券設定もあります

◇利用時間、休憩時間について◇

9:00～15:00（休憩10:30～11:00 昼休憩12:30～13:30）

◇一日の流れや作業◇

9:00～通所、体温測定、消毒、朝礼、ラジオ体操、作業開始

・外作業はしいたけ栽培作業や野菜栽培など

・室内作業はきのこキャップ清掃作業、古紙回収仕分け作業など

12:00～手洗い、昼食、昼休み

13:00～体調確認、午後の作業

15:00～身支度、帰宅

◇昼食について◇ 昼食有り（1食253円） お弁当持参も可

◇平均月額工賃◇ 2,000円位（日額100円は必ず支給）

◇体験利用について（申し込み方法など）◇

施設見学を受け入れはいつでも可能。日程調整のため事前連絡をお願いします

◇事業所でレクリエーションはありますか？◇

季節行事、カラオケ、ゲーム、DVD鑑賞、年1回慰労会で外出などがあります

◇利用者の皆さんの約束事◇

トラブルになりそうな物は持ち込まないで下さいとお願いしています

◇ふれあいランドさんの魅力やアピールしたいこと◇

利用者の皆さんが毎日楽しく通所していただけるよう、職員一同サポートさせて頂いています



新センター長 山口さんから

この度、園田センター長の後任として4月1日付で着任いたしました、山口と申します。

私は苫小牧地域生活支援センターで勤務をするようになり 13 年目になりますが、この数年はコロナの影響で、大人数があつまるイベントや交流行事ができない状況が続いております。中でも、利用者の皆様や、地域の皆様に支えられて事業を継続してこれたことに大変感謝しております。

地域との繋がりを大切にしてきた歴代センター長の思いを引き継ぎ、これからも苫小牧地域生活支援センターがその力を十分に発揮して、皆様に必要とされるセンターであり続けることができるよう、微力ながら精一杯務めてまいります。どうぞよろしくお願い申し上げます。



スーパーマーケットについて

皆さんはスーパーマーケットをよく利用しますか？苫小牧市内にもいくつもスーパーマーケットがありますね。僕もスーパーにはチョコチョコ行きますね。スーパーにはお菓子やパン、お米に飲み物、総菜や生鮮食品など色々な食材があって買い物にとっても便利です。日用品などもありますね。スーパーに出掛けるとワクワクした気持ちになるという方もいらっしゃるかもしれませんね。最近のスーパーはセルフレジや移動販売車が導入されたりと、昔のスーパーと様変わりした部分もあります。現代の消費者のニーズにどう応えていけるかが、これからのスーパーマーケットの課題かもしれませんね。（T.Y）



3月4月地域活動カレンダー

ほ の ほ の ク ラ ブ

- 3/ 4 (土) DVD鑑賞～四日間の奇蹟
(アルドール2階食堂)
- 3/25 (土) 総会 (金剛園和み亭)
- 4/ 1 (土) ミーティング (クローバー)
- 4/15 (土) ボウリング (イオン内ディノスボウル苦小牧)

ア ル ド ー ル

- 3/ 4 (土) DVD鑑賞～バッドガイズ～&ちらし寿司作り
(アルドール2階食堂)、パソコンクラブ
- 3/11 (土) ちょこっとクッキング～チョコチップ
マフィン～ (アルドール2階食堂)、
パソコンクラブ
- 3/18 (土) クイズ大会 (アルドール2階食堂)、
パソコンクラブ
- 3/25 (土) クッキング～餃子～ (アルドール2階食堂)、
パソコンクラブ
- 4/ 1 (土) 工作～フラックガーランド作り～
(アルドール2階食堂)、パソコンクラブ
- 4/ 8 (土) ポッチャ (アルドール2階食堂)、
パソコンクラブ
- 4/15 (土) レッツドライブ～道の駅ウトナイ湖～
パソコンクラブ
- 4/22 (土) クッキング～広島風お好み焼き～
(アルドール2階食堂)、パソコンクラブ

ぶ る み え

- 3/25 (土) 外出レク (食事会)
- 4/15 (土) 外出レク (道の駅ウトナイ湖)

あ そ し え

- 3/26 (日) 外出レク (食事会)
- 4/ 8 (土) 外出レク (道の駅ウトナイ湖)

こ ぶ し フ レ ン ス

- 3/ 9 (木) ミーティング
- 3/30 (木) 茶話会
- 4/13 (木) ミーティング
- 4/27 (木) 料理

緑ヶ丘病院

◎デイケア

- 3/ 3 (金) ひな祭り
- 3/ 7 (火) さんぽ
- 3/10 (金) スケート
- 3/14 (火) ホワイトデー
- 3/15 (水) 就労プログラム
- 4/11 (火) さんぽ
- 4/19 (水) 就労プログラム
- 4/22 (土) カレーライスの日
- 4/28 (金) お花見

ま ろ に え

- 3/ 4 (土) 折り紙
- 3/11 (土) クッキー作り
- 3/18 (土) 大人の塗り絵
- 3/25 (土) ピザ作り
- 4/ 1 (土) 茶道
- 4/ 8 (土) トランプ
- 4/15 (土) 北大演習林散策
- 4/22 (土) ミートソースパスタランチ



【共同生活援助 リラックス】～答えてくれた方：森岡 大法さん～

◇利用定員◇ 4名 (現在の利用者数4名、空きなし)

◇利用者の年齢層◇ 30代～70代

◇利用条件 (対象の地域など) ◇ 苦小牧市内にお住まいの方

◇利用の場合の注意事項 (段差ありなし等) ◇ バリアフリー住居ではないため、自立歩行可能な方

◇職員のサポート体制◇

職員配置時間は7:00～9:00、15:30～19:30

夜間は職員配置なし、電話連絡を受けて対応を行います

◇食費について◇ ひと月にかかった食材費を利用回数に応じて計算します

◇体験利用について (申し込み方法など) ◇

体験利用は満床のため受けられません

◇事業所でレクリエーションはありますか？◇

誕生会、外出行事、一泊旅行、果物狩りなど

◇利用者の皆さんの共有スペース利用時の様子を教えてください◇

リビングで雑談、TV見ながらゆっくり思い思いに過ごされている様子です

職員と会話を楽しまれる方もいらっしゃいます



社会資源調査隊

～ 調査の感想～

(愛らんどさん) 訪問の感想

○雰囲気はどんな感じでしたか？

事業所全体での約束事がきちんと決められており、特に衛生面でしっかりした仕組みが出来上がっていて、安心して買い物できます。とても明るい雰囲気、店内もきれいでした。

○作業内容や利用者の方の様子など、気付いた点や良かったところは？

約束事がきちんと守られているからこそ、挨拶もきちんとできる、礼儀正しく好印象でした。職員さんも好印象で、また買い物しに行きたいと思いました。

○印象に残っている事は？

一般就労へ移行された方がいる事です。

○見学して初めて知った事は？

皆さんがコミュニケーション重視で、明るい雰囲気だった事と、パンなどの売上げが利用者さんの工賃に直結する事です。

(ふれあいらんどさん) 訪問の感想

○雰囲気はどんな感じでしたか？

広い空間の中でグループホームの様な雰囲気がしました。生活介護の場を見学することが初めてで、皆さん自由に過ごされている感じと一生懸命さが伝わってきました。

○作業内容や利用者の方の様子など、気付いた点や良かったところは？

一生懸命作業している方や、お話をしていたり自分のペースで過ごしていたりする方が居て、自由な感じがしました。

○印象に残っている事は？

利用者さん達が笑顔で元気よく挨拶をしてくれました。それととても美味しそうな原木しいたけが見られた事、そして値段が安いことに驚きました。

○見学して初めて知った事は？

ひとり1人が多様に過ごしていることを尊重していたという事です。そして原木しいたけを栽培している事です。

○社会資源調査隊の参加について振り返り

利用者さんの様子を見て、毎日の生活などをみんな頑張っていると思いました。初めての場所に行く度に感心して、視野が広がっていく感じがします。

(社会資源調査隊 ピアヘルパー)

★★ピアサポーター活動報告★★

2月 2日(木) ピアカウンセリングセミナーオンライン 1日目

2月 3日(金) ピアカウンセリングセミナーオンライン 2日目

2月10日(金) 例会(各活動報告、ピアサポ通信作成打ち合わせ)

2月10日(金) ピアサポ通信作成

2月16日(木) サポゼミ参加

2月16日(木) 全道ピアサポーター会議 (Zoom)

2月17日(金) COMBO 亭動画視聴研修

2月24日(金) 例会(各活動報告、3月予定打ち合わせ、今後の活動打ち合わせ)

2月24日(金) 個別支援

2月28日(火) センターピアサポ Day 開催

3月 6日(月) ピアサポ通信作成

3月10日(金) 例会(各活動報告、全道ピアサポーター会議打ち合わせ)

3月11日(土) こころのピアサポートフォーラム2022 動画視聴研修

3月16日(木) 全道ピアサポーター会議 (Zoom)

3月17日(金) 個別支援

3月21日(火) 動画視聴研修「こころの元気+まつり」

作品の紹介



1さんより
いただきました