

発行日 平成27年9月25日



社会福祉法人新潟しなの福祉会

地域生活支援センター「ゆとりあ」

〒950-0083

新潟市中央区蒲原町7-1 東地区総合庁舎2F

TEL 025(240)8000 FAX 025(240)8111

相談専用 TEL 025(248)7170

E-Mail : yutoria@sweet.ocn.ne.jp

★★★ ゆとりあ からのお知らせ ★★★

10月より毎週木曜日(午前11時まで)を職員会議に充てるため、
談話室に職員が不在の時間ができます。
ご迷惑おかけいたしますが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

ゆとりあ半年を過ぎて

無事に半年が経過しようとしています。利用者の登録も30名を数えるまでにいたりしました、日々の利用は、平均10名を超え少し「ゆとりあ」の個性も見え隠れしている気がします。

ある土曜日、「ゆとりあ」ならば静かでのんびり出来るだろうと声かけてくれたのに、その日ばかりは何故か大入り満員。用意した椅子も足りなくなるなんて具合でした。とんだ誤算だったようですが、スタッフはうれしい悲鳴でした。

まだ、何もかにも十分とはいえませんが、皆さんが楽しく過ごせる「ゆとりあ」の一步踏み出せたような気がします。利用者の皆さんが、楽しく使っていただける「ゆとりあ」を目指してまいります。

ところで、「ゆとりあ」独自の行事を企画したいと考えていますが、とびっきりのアイデアを募集します。どうぞスタッフに「取り組んでみたいこと」が有ったら教えてください。

所長

ふれあい三世代交流によせて

9月24日(木)午前、長嶺コミュニティ協議会様が主催される「ふれあい三世代交流会」におじゃましていただきました。

万代長嶺小学校2年生による漫才や歌、演奏。

マジック同好会様によるマジックショー。

新潟民謡春秋会様による民謡と踊り。

20周年の節目の会に参加させていただき、
ありがとうございました！子供たちや
参加した地域の方々の笑顔あふれる
とても素敵な会でした(*^^*)

秋の出展に出かけます！

“ふらっと”の出展に、ゆとりあ職員もお手伝いとして参加させていただきます！

“ふらっと”が作っているパッチワークを展示販売いたします。

10月24日(土) 10~16時

中央公民館文化祭

(中央公民館(クロスパル))

新潟市中央区礎町通 3-2086

お時間のある方は是非お越しください！

歯科検診のお知らせ



今年度も新潟市歯科医師会＜清水歯科医院＞のご協力により、ふらっと内において出張歯科検診をしていただけることになりました。最近歯医者さんに診てもらっていない方や歯や口腔内で気になることがある方、ぜひこの機会に診てもらいませんか。

日 時： 10月16日(金) 11:00～
持ち物： 歯ブラシ(検診前に歯を磨いてください。)
検診場所： ふらっと

参加される方は
スタッフまで申し込んでください。
費用はかかりません。



★主のコラム

「☆の秋」

今年は台風の当たり年のようだった。8月迄に18個の台風が発生し、日本には4度も上陸した。新潟には直接的な被害はなかったものの、9月に発生した台風18号は関東、東北に大量の雨をもたらし、そこかしこの川が氾濫し、今も避難を余儀なくされた方も多い。

地元新潟は福島地方に降った多雨の影響で、阿賀野川の下流域である阿賀周辺が増水し、川堤を越えんばかりの勢いを見せたものの、すんでのところでも水もひいてくれた。

地変大変な中にも収穫を迎える秋の味がある。台風にも耐えた稲は黄金に染まり、収穫の時期を迎えた。まもなく新米にもありつけそうだ。越後の秋の味覚は、栗、ぶどうや梨なども八百屋さんの店頭を飾りはじめた。本当に食欲の秋万歳といったところである。

昼行灯な店主はもっぱら秋つけ魚を手「秋刀魚は七輪が最高」と悦に入っている。準備万端で肴が焼ける前に表情は崩れっぱなしである。「秋は最高だね!」と向けると、「いえ、新酒はこれからです!」



登山とサービス等利用計画？

先日、私は5歳の息子と1歳の娘を連れて角田山登山をしてきました。(と言っても、娘はずっとおんぶでしたが...)角田山には7つの登山ルートがあり、難易度や所要時間もさまざま、経験や体力などに応じて自分に合ったルートを選ぶことができるので、多くの登山客がいます。今回私たちは最も難易度が低いコース、五ヶ峠コースを登ってきました。登山らしい登山をするのはほぼ初めての息子は「もうダメだ～」と何度も転びそうになりながら、その度に私は「ゆっくりでいいよ、休もうか?」と言葉をかけながら90分かけて山頂に着きました。

その道中、私は登山もサービス等利用計画も似たようなところがあるなぁと考えていました。計画を立てる時、その人の目標に少しずつ近づけられるようなスモールステップをいくつも積み上げていきますが、たとえ同じ目標でもその目標に向かうスピードや過程は人それぞれです。人と比べる必要もなくただマイペースに進めばいいのです。登山もひたすらマイペースです。ゆっくり、休みたくなったら休めばいい。そして目的も人それぞれで、山の景色を楽しむ人、とにかく高い山に登りたい人、山頂での食事を楽しみたい人。(私の場合は、山頂でのお弁当と下山後の温泉&ソフトクリームです!)同じ目標(山頂)でもこれだけ違うのです。

普段生活していると、どうしても周囲が気になりみんなと同じことができないと不安になりがちですが、ゆっくり休みたい時には人目も気にせず休む。そして少しずつでも目標に近づいていける、そんな登山の様な支援ができればいいなと思います。(息子は山頂で登山はもうこりごりと言っていたが、下山後のソフトクリームで満面の笑みに。これも遺伝でしょうか???)

すーさん