

ひかり通信

第51号
令和6年5月
社会福祉法人 文珠会
常明園



常明園も長きにわたり43年目を迎えました。利用者様からは、移転したことで1人部屋になったことが良かったことと耳にします。また生産活動に行く道のりに坂が無くなったことで楽になり、作業が楽しみになった方も。これから地域交流ももっと増やしてほしいとの声も上がりました。下の集合写真は、希望者を募って撮影しております。



開設43年目移転して11年目

いろんな意見を出してほしいときに限って誰も発言してくれなくて、困ったことはありませんか。司会役で、誰かなんか言ってくれないものかと途方に暮れてしまつて、結局は次回までの宿題、なんてことになってしまつて、苦い経験をかみしめたことのある方もいる筈です。そういう事に対しての対応策として「マクドナルド理論」と呼ばれているものを紹介します。要は意見のなかなか出ない会議において、その場ではあまり良くないというか、別段優れた意見でも何でもないものを出して、場を活性化させる方法の事です。これはオフィス街なんかでランチを食べに行こうという時に、その場では誰も欲していない「マックに行こう」という意見が、さまざまな意見を生み出す起爆剤になる様を指して名付けられた、洒落のような理論です。実際にはマックだって食べたい人はいると思うのですが、これは陳腐な意見という代表例をあえて著名且つ代表的なランチの王様である会社名を使って（だって誰だって知ってる店だからこそですもんね）からかっているだけのことで、真剣に捉えてはいけません。

意見が無い訳じゃないけど、なんか大した考えでもないしな、とか、この場にふさわしくないかもな、とか、恥ずかしいし言えないとか、まあ、意見の出なかったほんとの理由なんて、実のところ意見が無かったわけでもなかったんじゃないでしょうか。そういう時こそ、あえてまあ、その場では最低かもしれない意見も言ってみる競争をするつもりで発言があると、それよりもまだましかもしれない、という意見がたくさん出るはずだという訳です。まあ最初は遊びのつもりでやってみると、あんがいものすごいアイデアが出てくるかもしれませんよ。意見が出ないことには、それもわかり得ないことですしね。

求められるのは最悪なアイデア

施設長 佐藤 正明

トクホ（特定保健用食品）とは何だろう？

栄養士 木塚 百合子

テレビCMやコンビニスーパーでもトクホマークがついた商品をみかけますが、トクホがどのようなものかご存じでしょうか？

トクホとは正式には「特定保健用食品」と言います。トクホは法令で定義づけられた一般の食品と医薬品の間に位置する保健機能食品の一つです。つまり、健康の維持、増進に役立つ、もしくはは適していると表示ができるのです。

表示の代表例

- ※コレステロールが高めの方に適する。
- ※食後の血糖値の上昇を緩やかにする。
- ※血圧が高めの方に適する。
- ※歯の健康維持に役立つ。
- ※血中中性脂肪が気になる方に適する。
- ※体脂肪が気になる方に適する。
- ※カルシウムなどの吸収を高める。
- ※鉄を補給する。
- ※肌の水分を逃しにくい。

許可表示をしっかりと確認して、気になる健康問題にぴったりのトクホを選べるといいですね。

ちなみに似ているものがあります。

機能性表示食品：販売する企業が科学的根拠などの必要事項を届け出る事で表示できます。

栄養機能食品：ビタミン・ミネラルなどの栄養成分の含有量が国が定めた基準の範囲内であれば許可や審査は不要です。

いずれも主食・主菜・副菜を基本にバランスの取れた食事をとることが基本です。これから梅雨の時期になり、体調を崩しやすくなります。食欲がない場合など上手に取り入れてみるのもいいかもしれませんね。

職員雑談コーナー

今までは新人職員紹介で職員紹介をしてきましたが、現職員の紹介も出来たらと思い立案しました。もしかすると新しい何かが見えてくるかもしれませんね。それでは、ひかり通信51号よりランダム形式で職員紹介をして頂こうと思います。

皆様、日頃よりお世話になっております支援員の米村と言います。

常明園に勤めて今年で24年目になります。入社当時は主に利用者様と一緒に陶器生産工程を初めからご指導頂き、時には販売にも足を運んでおりました。その後農業班へと変わり、稲作を主として、野菜も生産しました。現在は、利用者様の生活介護（整容・入浴・買い物・食事支援など）を行いながら日中活動（運動・レクリエーションなど）と施設入所支援（夜間）として勤務しています。



中学3年生から吹奏楽に触れ、現在もユーフォニアムを吹いています。時には利用者から、トランペットを吹いてと言われることがあります。ユーフォニアムですねとお伝えし、1人や数名で演奏を行っています。

また令和6年4月より、東彼杵町消防団第7分団（施設がある地域）に入団配属しました。まず職場から火災を起こさない工夫

や声掛けを行いながら、利用者居室内の家電製品を使用している箇所のこまめな点検（コンセントや配線確認）から始めたいと考えています。



支援員米村制高

提供品のお礼

＊谷口様	：	お弁当
＊深井様	：	お菓子
＊濱崎様	：	お菓子
＊森様	：	衣類

編集後記

今年のゴールデンウィークは大型連休にしようと思われたい方もおられるかも知れませんが、海外に比べると日本の方は働きすぎと言われていますので、長期休暇は憧れます。しかし、長期休暇明けからの仕事への気持ち切り替えが難しい方は、2～3日の連休でも良いと思われる方が多いのかもしれませんが。先々を考えてしまふと、やはり自身に合った休暇日を過ごすことが望ましいですね。

行事班一同



～社会（地域）参加・貢献と働く事～（障害者優先調達推進法のもとに）

令和6年4月1日、当園は東彼杵町と「そのぎシーサイド公園（多目的広場）管理委託契約」を結ぶこととなりました。主に、公園内のトラック・フィールド・スタンドにかかる草払作業等の維持管理にあたります。

前年度、東彼杵町役場建設課様よりトラック（400m）部分の草抜き作業の受注をお受けし、その作業を一定程度評価していただき建設課様のご尽力もあり今年度の年間契約に至りました。また、自治体が推進する「障害者優先調達推進法」（障害者の安定的な就労とその先の自立した生活を支えることを目的に、公の機関（ここでいう東彼杵町）が物品やサービスを調達する際に、障害者就労施設などから優先的・積極的に購入することを推進する法律）もあって業務委託を優先的に行っていただくことになったと考えております。

これを機に私ども常明園生産活動利用者スタッフは、東彼杵町の皆様・多目的広場をご利用いただく皆様が、快適に安全にご利用いただけるよう管理していこうと思います。まだ始まったばかりで、参加できる利用者の方は少ないのですが、今後出来る作業、出来る部分を見つながら参加できる方々を増やしていき、～地域に参加する事と働く喜び～を利用者スタッフともに感じながら安全に業務を行っていきたいと考えております。

そのぎシーサイド公園多目的広場（サッカー場、400mトラック）、芝生広場、遊具広場



トラック部分・・・草抜きは手作業で行います。

フィールド・スタンド部分・・・・手作業を含め刈払機・芝刈機を使い行っています。



除草により出た処理草は、東彼杵町に許可証を出していただき東彼杵郡のごみ処理場に運搬します。全体の工程を分解し、利用者の方々に参加してもらいます

長崎県第3区 衆議院議員補欠選挙

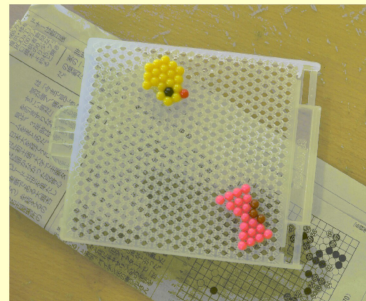
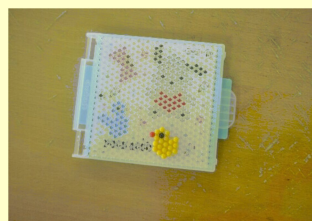
「清き一票を投じました」

前職の辞任に伴う衆議院補欠選挙の不在者投票を4月25日に常明園1階ホールにて行いました。静寂の中緊張した面持ちで一人一人思いを込めて投票をされていました。投票を終えて退出される時には、ホッとしたのかやつと笑顔を見せられました。



初めてのアクアビーズに挑戦

何か新しいものに挑戦したいとSさんから申し出があり何が良いか模索していると、手の器用さ（以前より陶芸で一輪箸置き作成）に長けておられたのでアクアビーズに挑戦してみてもどうか伝えると興味津々。まずは、小さい物からやってみよう！となりヒヨコと蝶々に挑戦。職員の手を借りずに見事に一人で作り上げました。本人もかわいらしく出来たと満足げに職員へ報告してくれました。



令和6年3月20日に東彼杵町消防団第7分団員6名の方々と訓練を執り行うことが出来ました。今回は、厨房（精米室）より出火（土日）を想定して取り組みました。実践に近づける為に最小職員人数から消防署（消防団）・施設から近い職員から時間差で駆けつける手段で行いました。事前に第7分団隊員の方には施設内の案内や非常口・避難経路や、様々な障害を持つておられる利用者様の移動手段などを説明し15：20頃に発報（火災警報器）・訓練開始。利用者の皆様には発報時間は伝えていませんでしたが、落ち着いて放送（状況確認・報告）を待ち、次の行動がとれるように待機されていました。自身で動くことができる方は非常階段を使い1階（多目的ホール）へ。車椅子の方は各階非常階段付近で待機。安否確認・報告までに約20分。これからも最短記録を目指して、日々精進していききたいと思います。

火災避難訓練