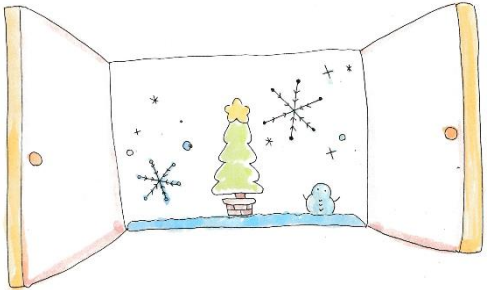


# のぞみ便り

## NOZOMI NEWS 令和5年12月号



NPO法人長崎のぞみ会  
のぞみ共同作業所

〒852-8134  
長崎市大橋町3-2  
TEL:095-807-4269  
発行日:令和5年11月末日  
編集責任者:河野 知房

HP アメバブログ

今年もあっという間に一年が過ぎました。この一年間で一番印象に残ったのは6月に市役所で行いました「ピアサポ祭り」です。利用者さんをはじめ、ピアサポーター養成講座の修了生やボランティアの方、他の事業所様にご協力をいただき、多くの集客が出来たことに感謝しています。今年は憩いを目的とする利用者さんも新たに増え、作業所の雰囲気も変わってきました。それぞれのニーズにお応えできるような作業所を目指して、来年も頑張りたいと思います。皆さん、どうぞお健やかに、良いお年をお迎えください。(河野)

### ～ 日帰り研修旅行報告 ～

**日時:10月15日(日)9:20～15:00**  
**参加者:総数26名(内訳:利用者関係8名、運動サークル1名、ちゃんぽん5名、音楽教室関係5名、ボランティア2名、職員3名)**

好天に恵まれて気持ちの良い秋晴れの中、総勢26名でバイオパークに行ってきました!バスの中では、海斗さんが作ってくれた「ノゾミ」の歌を合唱したり、リクエストして音楽を流しました。バイオパークに到着するとお弁当を渡されて自由行動でした。何人ずつかのグループが出来てお互いの歩幅に合わせて進んでいました。音楽教室の生徒さんたちも動物とのふれあいをとても楽しみにしていました!参加者の皆さん、動物が可愛かったー、癒やされたー!ますます動物を好きになった、回る時間が足りなかった!と感想を言われてました。またみんなで行けたらいいですね。



PAWでは小動物と触れ合いました!



### 年末大掃除のお知らせ

今年も年末大掃除をします。いつも利用している作業所を、みんなでスッキリ清潔にして気持ちよく新年を迎えられるようにご協力ください!

朝礼から定められた時間まで掃除に参加してくださいの方に、お弁当やケーキを用意します。用意がありますので、あらかじめ参加申し込みをしてください!

**日程①12月20日(水)朝礼から終日**  
→終日参加の方にはお弁当が出ます  
**日程②21日(木)朝礼から12時まで**  
→参加者に、お昼にケーキが出ます

参加申し込み締切は、**12月18日(月)**です。リビングに参加リストがありますのでご記入ください! (LINEなどでの申し込みもOKです!)

皆さんでのぞみをきれいにして年末を迎えましょう!

### ピアサポーター養成講座 修了生が啓発ブースを出店します! ～クリスマス交流会 ツナガル長崎～

**日時 2023年12月23日(土) 13:00～15:30**  
**場所 市役所2F多目的スペース ※のぞみクリスマス会とは別です**

今回のイベントは、毎月ピアサポーターちゃんぽんの後に修了生による自主的な意見交換会を開催している中、8月に同じ時間帯に3階の食堂で夏休み期間中の子どもたちに向けた「つながる食堂」さんが開催していたことから、障害福祉課の柴原様の提案で冬休みコラボ企画として開催する流れになりました。

「つながる長崎」(フードパントリー)、「さんらいず」(お菓子販売)、「さくら」(雑貨販売)、「アビリティ」(お菓子販売)、「かざしっほ」(発声障害啓発)、「養成講座修了生意見交換会」(啓発・雑貨販売)、「17%erとなかまたち」(紙袋作り体験)、「キヤメル商会」(紙芝居)、「ランタン」(子ども服交換会)、「長崎パパどもグループ」(カヌエマナト作り)

当日は、障害福祉を中心とした各団体同士の交流のみならず、子どもたちも来て楽しめるような内容を予定しています!  
どなたでも参加できます、お近くの方はお立ち寄りください!

### 10月のぞみカフェ報告 ～ハロウィン☺カフェ～

**日時:令和5年10月21日(土) 13:00～15:00**  
**参加者:16名内訳(利用者3名、ちゃんぽん2名、運動サークル3名、ボランティア7名、職員2名、職員家族1名)**

今回は、ハロウィンカフェということで、職員もボランティアも仮装をして利用者さんをお迎えしました。所長のご長男M君もかわいいピカチュウに。所長は、ピカチュウに合わせて、サトシの仮装でした。(が、マリオですか?と言われてました。残念!)利用者さんたちも、仮装グッズから好みのものを選び、それぞれに仮装を楽しみました。トリック・オア・トリート!ハッピーハロウィン!とお互いにお菓子のやりとりをしました。その後は、ゲーム、カラオケを思い思いに楽しみました。ボランティアがうまく盛り上げてくれて、皆さん楽しく過ごせました。M君があと数日で1歳となるので、HAPPY BIRTHDAYの飾りつけもしてみんなでお祝いしました!



ボランティアの皆さん

### 家族会報告 (のぞみ家族会)

10月21日の家族会は「入院」をテーマに話を伺いました。テーマの後のフリートークではご家族の入院体験をお話して下さるかたもいらっしゃいました。12月の家族会は12月9日(土)です。今年最後の家族会にぜひご参加お待ちしております。出欠のご連絡はお早めをお願いいたします。

**日時:10月21日(土)10:00～11:45**  
**於:のぞみ共同作業所**  
**参加者/会員7名、河野所長 合計 8名**  
**テーマ「入院」**

今月の予定  
12月9日(土)  
10:00～11:45  
「一人暮らし、家での生活について」

### 河野講座報告

**日時:10/23(月)10:30～11:00**  
**場所:1階リビング**  
**参加者:3名**  
**テーマ:「入院」**



緩やかな雰囲気で開催しています!

今月の予定  
12月18日(月)11:00～11:45  
「ピアサポーターの可能性」

今回は入院ということで、日本の長期入院の現状から長崎の事情をお伝えし、入院の種類や退院までの流れについて説明しました。ピアサポーターの岡本さんより経験談を伺いながら、皆さんと意見交換をする時間となりました。今年最後のテーマはのぞみといえば、の内容で締めくくりたいと思います!(河野)

### ピアちゃんだより ピアサポートちゃんぽん

**日時:10/28(土)10:00～12:00**  
**場所:長崎市役所2F多目的スペース**  
**参加者:13名**

1グループ(古川/岡本)  
①セルフマネジメント(気分転換)について  
②周囲と調和を図るには?

2グループ(河野/Y.O.)  
①わからないことをそのまま調べる大切さ  
②ネガティブなことを見聞きすると落ち込んでしまう明るく持っていにはどうしたら良いか?

今月の予定  
12月23日(土)10:00～12:00  
於:長崎市役所2階多目的スペース

今回は合同開催しているやまばうしさんがイベントと重なり、久しぶりの少人数となりました。グループ分けはその場で行うため、毎回違う雰囲気や臨感することちゃんぽんの面白さの一つかと思えます!(河野)



### 田浦 稔(みのる)さんが 速報! のぞみ家族会で講演されました!

11月18日(土)の家族会に、社会福祉法人ぶなの会 就労継続支援B型事業所アゲハ蝶の田浦総理事長より、「グループホーム、親亡き後のこどもの生活」についての講演をしていただきました。1時間の講話の後、会員より沢山の質問に田浦さんが丁寧に分かりやすく答えてくださいました。

ここに家族会会員の感想の一部を紹介します。「福祉サービスの利用についての知識がありませんかったので助かりました。訪問介護、ヘルパーさんの派遣などで、親亡き後もどうにかやっていけるのではないかなと思えるようになりました。」「現在、子の生活はほとんど私がやっているので、もう少し本人にやらせるようにしたいと思いました。」「障害者がいる親にとって、一番心配なことでしたが、多くの取組を丁寧に教えて頂き勉強になりました。何となく一人暮らしが出来るように備えて行きたいと思いました」

田浦さん、本当にお世話になりました!!



田浦さん

### 書初め会の案内

**日時:令和6年1月10日(水)10:40～11:40**  
**場所:1Fリビング**

新年の書き初め会のお知らせ!参加する方は、自分が書きたい文字一文字を決めて、所定の用紙に記入して提出してください。森さんが年末年始にお手本を用意してくださいました。

今回は平日となりますが、登録されている方でご参加いただける方はお気軽にお問い合わせください。

習字の道具は全て作業所で用意しています。復片付けは各自ご協力をお願いします。

※希望文字提出の締切日は12月19日(火)です。

# 2023年12月のスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
		MERRY CHRISTMAS			1 ※閉所	2
3	4	5	6	7	8	9
ピアサポーター養成講座 フォローアップ研修 2日目	菜園 運動サークル 黒岩さんDAY	県立大学看護実習 ピアサポート(テーマトーク)	ピアサポート 当業者研究 ハートメイト講習 工賃支給日 13:00~13:30 カラオケDAY	のぞみ会議	※閉所	家族会
10	11	12	13	14	15	16
	菜園 運動サークル	ピアサポート(テーマトーク)	ハートメイト講習 カラオケDAY		※閉所	クリスマス会 大橋町東部公民館
17	18	19	20	21	22	23
ピアサポーター養成講座 フォローアップ研修 3日目	河野講座「ピアサポーターの可能性」 菜園 運動サークル やまぼうし合同 黒岩さんDAY	ピアサポート(振り返り、テーマトーク)	年末大掃除(終日)	年末大掃除	※閉所 クリスマスちゃんぽん	ピアサポート ちゃんぽん In長崎市役所 クリスマス交流会 ツナガル長崎
24/31	25	26	27	28	29	30
			冬季休業(~1/7)			

## ～ ボランティアの皆様へ～


今年もボランティアにたくさんお世話になりました。日々のボランティアの方のおかげで無事に1年を過ごすことが出来ました。11月のぞみカフェで、利用者さんからのぞみボランティア宛にお手紙をお預かりしましたのでご紹介いたします。  
ボランティアのみなさん、来年もよろしくお願い致します!

Dear  
11月のぞみボランティアの皆様へ  
いつもお忙しい中、貴重なお時間を頂いて、優しい温かいお言葉を頂き、とても感謝しています。嬉しい贈り物のお返しもさせていただきます。利用者さんへ  
HAPPY

## ～新ボランティアの紹介～

11月6日より、黒岩信子さんが新しくボランティアとして来てくださっています。前職が福祉関係で働かれていたということで、12月より「黒岩さんDAY」を設け、個別に希望の方に面談ができることになりました。

初めまして、黒岩と申します。縁あってのぞみ作業所で皆様と一緒に時々過ごさせてもらう事になりました。よろしくお願い致します。




## 出張報告

### ～ 沖縄で全国作業療法学会に参加してきました!～


11月8日(金)～10日(日)に全国作業療法学会に参加し、「長崎市精神障害者ピアサポーター養成講座」の昨年度の実施報告をさせていただきました。

発表時間には「どうやったら研修を受けられるのか?」「今担当している方がピアサポーターを目指している」「今後の展開を楽しみにしている」など、多くの方に関心を持っていただき大変充実した時間を過ごすことができました。

久しぶりに現地での交流会が制限なく行われ、多くの方との情報交換の機会に恵まれました。作業療法士の中でも珍しい、地域活動支援センターを運営している一人として、ピアサポーターと共に今後も邁進していきたいと思いました!(河野)



発表ブースにて



信州大学の先輩と顔が似てると言われました(笑)


## 利用者Nさんの活動日記より 菜園日誌

### 10月報告

活動回数5回 参加述べ人数:19人

【活動内容】  
小松菜の管理(追肥、土寄せ) 追加で水菜の種まき、作物の管理と花壇作成、小松菜収穫、花の植替え、ほうれん草の種まき、花壇スペースの準備、プランターのミニナの管理、畑のホウレンソウの間引き、花壇スペースの花の種まき

【ある日の感想】  
参加者が多かったため作業を分担して行い、全体的な作業時間を短縮することができました。ただ、参加者の方によって向き不向きもあるため、今後はそういった点を考えていこうと思います。




## ～ お手紙箱より～

利用者さんが、お手紙箱に入れてくださったメッセージです。(挿絵は佐野さんが作成してくださりました)

『郷に入れば』


東北出身で寒さに強いと自負していたが、長崎に来て2年。体重が10kg落ちたせいもあるのか、冬がめっちゃめっちゃ寒く感じます。環境変わると身体も変わるんですねー。



## ～ 運動サークル報告～

※今回は報告をお休みします。次号(1月号)に11月の報告を載せます。

12月～2月に、もりまちハートセンターが使用できない間、長崎北消防署の地域コミュニティ消防センター(大橋町16-1)を使わせていただけることになりました。その期間は内容は**車球のみ**となります。活動時間は**月曜日の13:30～14:55**で、その点は今までと変わりません。登録者の方はぜひご参加下さい。



岩屋橋電停のすぐそばです!

## ～ 定期活動日程～

- 菜園活動 : 毎週月曜10:30～11:00
- カラオケDAY : 水・木曜13:00～14:15
- ピアサポートのぞみ : 毎週火曜10:35～11:40
- 当業者研究 : 月2回水曜10:35～11:40
- 運動サークル : 毎週月曜13:30～14:55
- のぞみ会議 : 月1回木曜10:35～11:40
- 河野講座 : 月1回月曜11:00～11:40
- ハートメイト講習 : 月3回水曜13:00～14:15

## ～ 寄贈報告～

10月27日～11月20日にいただいた寄付です。お名前が漏れていましたらご容赦ください。いつもありがとうございます!

【音楽教室】  
・前田和花ちゃん  
・熊本のお土産お菓子

【ちゃんぽん】  
・山下さん みかん  
・Fさん 手作りストラップ

【外部】  
・田浦総理事長 寄付金

【役員】  
・大迫さん 寄付金

【職員】  
・森さん  
・手編みマフラー4点  
・所長 沖縄学会のお土産お菓子

## 商品売上ニュース

2023年9月  
売上総額: 10,765円

### はあと屋

(浜の町A-ゲド内)  
①アクリルたわし ×9  
②ホッパビニール本体 ×7  
③ホッパビニール詰替 ×4  
④メッセージカード ×1  
⑤刺し子ふきんDX ×2

### 作業所内

①アクリルたわし小×30  
②刺し子ふきん ×10

売上合計: ¥6,100

売上合計: ¥4,665

## ～ 令和5年度第8回のぞみ会議報告～

日時 2023年11月5日(木)10:40～11:40  
場所 のぞみ共同作業所2階活動スペース  
出席者 利用者7名、ボランティア1名、職員4名 総数12名

【検討事項】

- 販売関連9月上売
- 年賀状販売金額、申込み方法
- 11月ベルナード販売について
- 所内の常設販売再開
- 掃除内容の確認
- ごみの廃棄方法、分別方法
- 新規ボランティアの紹介
- 年末大掃除
- 1Fの憩い使用注意事項
- 飲み物価格一律100円
- 菜園報告
- 運動サークル
- 12月～2月の会場について
- 工賃関連/作業内容
- 個人ボックス/都度返却するもの
- 午前中は原則30分商品作成
- いろいろんびつの家交流会報告
- ハロウィンカフェ報告
- 紅葉(もみじ)カフェ案内
- 11/23 調理実習について
- 12/16 クリスマス会について
- 1/10 書初め大会
- 希望の漢字のアンケート
- 実習関連 県立大看護実習
- 今後の会議等日程確認

今月のぞみ会議は12/7(木)です!

## お知らせア・ラ・カルト

- ◆ 今年も年賀状のご注文いただきありがとうございます。若干在庫がありますので、購入希望の方はお問い合わせください!
- ◆ 12月16日(土)のクリスマス会の参加募集は締め切らせていただきます。ご参加の方、皆さんで楽しめるようにご協力よろしくお願いします(\*\*\*\*)
- ◆ 今年のベルナード販売(オータムフェスタ)は11月29日(水)でした。11月号にお知らせすることが出来ず申し訳ありませんでした。当日のご報告は次号(1月号)でさせていただきます。
- ◆ 12月22日(金)～1月7日(日)は冬季休業です。この間は問い合わせがありましても緊急以外は対応出来ませんのでご了承願います。