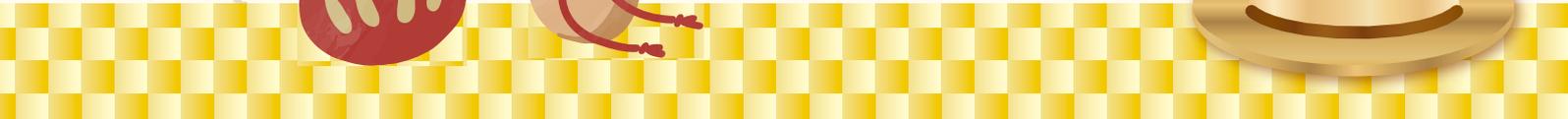


コロニー山口

発行/社会福祉法人 山口県コロニー協会 防府市大字台道10522番地
TEL 0835-32-0069 <https://www.ycolony.or.jp/>



新春のご挨拶

理事長 岡本 幸生

新年明けましておめでとうございます。
皆様方におかれましては、良き年をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。

マスクを着けた生活があたりまえになって四年目になります。昨年は利用者さまやご家族、職員の協力で多くの感染者を出すことなく乗り越えることができました。今年も引き続き皆様にご理解をお願いして、感染対策を徹底していきたいと思えます。

また、二〇二二年三月にロシアがウクライナに侵攻して始まったウクライナでの戦争が続く中、中東では二〇二三年一〇月からガザ地区でハマスとイスラエルとの戦いが始まりました。いつになったら世界に平和が訪れるのかと明るい未来が見えない世界情勢が続いています。これらの影響も強く関係して石油や食料費を始めとする物価の高騰や円安が進み私達の生活は勿論のこと、コロナ協会をはじめ多くの社会福祉法人の運営もとても厳しい年でした。

今年も、一日も早く世界中が平和になり安心して暮らせる年になってほしいと願うばかりです。

こうした状況下にあっても、利用者様のコロナーでの生活や活動がより楽しめて有意義なものになるように職員は力を合わせて頑張り、明るい年を目指しましょう。

最後に入所者様、利用者様、ご家族の皆様、多くの関係者の皆様のご健康とご多幸を心からお祈り申し上げますとともに、変わらぬご支援をお願い申し上げます。私の新年のご挨拶とさせていただきます。

新年を迎えて

業務執行理事 黒宰

満

皆さん明けましておめでとうございます。

今年も辰年。「十二支の中で最も縁起の良い干支と言われており、様々な願いを叶えてくれる。またあらゆる物事を良い方向に導いてくれる。」そうですが、皆様はどのような一年を思い浮かべられましたでしょうか。

私が求めるこの一年は、まず新型コロナウイルスの恐怖も徐々に遠ざかり、インフルエンザの流行も徹底した壁際対策により利用者・職員誰一人感染することなく、毎日の笑顔や笑い声が絶えない上に、協会利用率は右肩上がり!!

一方、職員の皆さんは障害福祉サービスの提供する支援員としての自覚と誇りを胸に、スキルアップの自己研鑽を続けながら、各利用者のニーズに寄り添った支援を精一杯提供している。

この姿が実現できたら利用者の方皆さんも職員の皆さんも共に満足した日々を過ごせると思いませんか？

これこそが全国の障害者福祉施設が求める理想像であり、継続的、安定的な施設運営のために欠かせない姿だと考えております。

夢を夢に止めず、今一度原点に立ち返り、「人事を尽くして天命を待つ。」辰年の気運を信じ、利用者の方々はもとより全ての関係者の方々のご理解とご協力を得ながら、共に一丸となって夢の実現に邁進しましょう。

本年も、どうぞよろしくお願いたします。

アンガーマネジメント研修

8月29日(火) 有限会社ケイ・アンド・ワイより講師として秋穂由香様をお招きし、「アンガーマネジメント研修」が全職員を対象として行われました。アンガーマネジメント研修は、職場で発生する怒りの感情をコントロールするための重要な研修です。怒りが発生する仕組みを理解することで、感情のコントロールがしやすくなる。結果として柔軟な思考になります。感情を抑えすぎてしまわないように注意は必要ですが、怒りの感情で損をすることがないよう気を付けようと思います。



火災避難訓練

9月28日(木) 1号棟1階からの出火を想定した火災避難訓練を実施しました。火災発生から消防への通報、避難指示の館内放送、職員の誘導に沿って避難開始、避難場所での点呼と滞りなく行うことができました。

避難訓練後は藤中ポンプ店様にご指導いただき、初期消火の重要性を改めて確認しました。

火災はいつ起きるかわかりませんが、いっしょに起きても対応できるように、今後も訓練を重ね、職員の防災意識向上に努めて参ります。



健康だより



快眠(よい眠り)のすすめ

生活習慣を見直して眠りの質を改善しましょう!

ぐっすり眠れた朝は気持ちよく目覚め、その日は快適に過ごせます。こうした毎日を送るには良い睡眠をとらなければなりません。まずは自分の生活習慣を見直して、快眠を手に入れましょう。

〈眠りの質をチェック〉

- しっかり寝たはずなのに疲れがとれない
- 眠っている途中、何度も目を覚ます
- 昼間に激しい眠気に襲われることがある
- いつも朝早く目が覚める
- 朝早く目が覚めて、その後眠れない
- 布団に入ってもなかなか眠れない
- 睡眠時間は十分なのに、熟睡感がない
- 一晩中うつらうつらとして、眠った気がしない

快眠の3つのポイント

1. 体の調子を整える

- ・ 朝食を食べて体温を上げる
- ・ 寝る前1時間30分頃に入浴する
- ・ 日中適度な運動をする
- ・ 肌や鼻の調子を整える



2. 光を整える

- ・ 朝起きたら太陽の光を浴びる
- ・ 家に帰ったら部屋の電気を暗くして過ごす
- ・ コンビニやスーパーにはできるだけ夜中には行かない
- ・ 部屋は暗くして寝る

3. 寝床を整える

- ・ 寝る前にスマホやパソコンを操作しない
- ・ 体を締めつけないパジャマを着る
- ・ 自分に合った高さの枕
- ・ シーツやカバーは清潔に
- ・ 布団はできるだけ乾燥させる
- ・ 布団の中を温めておく



10月28日(土) 第57回 愛とふれあいの集い



防府ライオンズクラブ様よりご招待頂き、愛とふれあいの集いに参加しました。コロナでここ数年中止となっていたため、久々の開催でした。午前中のみでしたが、よさこいに始まり、テーブル対抗のじゃんけんゲーム、歌やダンスと盛りだくさんで、賑やかで楽しい時間を過ごさせて頂きました。最後にはお弁当も頂き、施設に帰ってから利用者の皆さんで美味しく頂きました。防府ライオンズクラブ様、ありがとうございました。

10月14日(土) 第61回 防府市障害者体育大会



楽しみにしていた防府市障害者体育大会が4年ぶりに開催されました。我々、コロナー選手団はやる気十分です。緊張しているのではありません。興奮しているのです。競技は「お菓子取り」「のみもの競争」「パン取り競争」の3種目。みなさん3種目すべてに参加され、怪我や体調を崩すことなく競技を終えることができました。くじびき抽選会で頂いた品物を持ってコロナーに帰ります。お疲れ様でした。今日はいつもより早めに寝るのですよ。

12月3日(日) 第9回 山口県障害者ボウリングフェスティバル



第9回山口県障害者ボウリングフェスティバルに参加しました。コロナ禍が続いていたため久しぶりのボウリング大会とあって、会場に向かう車内から、ボウリングを楽しみにする声が聞こえていました。レーンに入ると、各自、自分にあったサイズの球を嬉しそうに準備され、ゲームが始まると様々な歓声を上げながら、思いきりボウリングを楽しまれていました。とても充実した一日となり開催して頂いた関係者の方に感謝いたします。

11月4日(土) 第21回 山口県障害者交流グラウンド・ゴルフ大会



朝晩はめっきり寒くなって参りましたが、天候にも恵まれ山口きらら博記念公園 やまぐち富士商ドームにて、今年もグラウンド・ゴルフ大会が執り行われました。開会宣言の後、1チーム4名程度で指定されたコースを回りました。この日の為に、練習を重ねて来られた方やマイスティックをお持ちの利用者の方もおられました。上手く入った時の笑顔や、思う様にいかなかったときの悔しい表情がありました。それぞれのやり方でスポーツが出来る、素敵な時間でした。

8/5_土 うちわ作りレクリエーション



所内でうちわ作りレクリエーションを行いました。

暑い夏が続いて、施設でも花火大会を予定していたので、午前中はうちわ作りの活動をしました。「どんなデザインにしようかなあ」と、真剣に考えられ、好きなキャラクターを描いたり、シールを貼ったり、「できたよ」「みてみて」と世界に1つしかないオリジナルうちわができました。

作業にも持ってこられ、大切にされているんだなあと嬉しく思いました。

8/19_土 買い物ゲーム

キャンパス&ショップの合同レクを行いました。午前中は買い物ゲーム。

これは一定の金額を設定してその金額に一番近い買い物をした人が勝ちというゲームです。

皆さん真剣に買い物をされていましたが、欲しいものを全て買い物籠に入れて予算オーバーする人や節約すぎて予算額まで程遠い人など性格によって様々でした。

午後からはかき氷を作って皆で食べました。

皆さん、それぞれ自由にトッピングをされ美味しくいただきました。



9/18_月 年に一度の花火レクリエーション



日が暮れて夜になり始めたころ、花火レクリエーションは始まります。楽しむことも大事ですが、やけどや怪我をしてしまうと面白くありません。火災など論外です。水の入ったバケツを用意し、ローソクに火を付けて、花火の向きについて簡単に説明します。さあ、花火を始めましょう。自分の持つ花火を見て楽しみ、人の持つ花火を見て楽しみ、自然と会話もはずみます。花火も無くなったので今日はこれで終わります。また来年。

表彰

○アビリンピックやまぐち2023

令和5年10月21日(土)



DTP部門 金賞
高橋 卓哉さん

毎年アビリンピックやまぐちに参加し、今年も金賞を受賞。3年連続なのでとても嬉しいです。今回の課題は「SDGsのイベント告知のリーフレットの作成」でしたが、当日審査員さんにリーフレットは表と裏を作成しなければいけないから、ポスターでも構わないと言われ、競技時間を考慮してポスターを選択しました。

様々な大会に参加する機会が増える度に、ちょっとした工夫を加えるだけでこんなにも変わるのかと思えるようになりました。



表彰

○第67回創立記念

令和5年度山口県コロー協会勤続表彰
令和5年10月10日(火)



創立67周年を迎え、本協会にて記念式典を執り行いました。その後、永年勤続表彰式が行われ6名が表彰されました。

- 35年 藤井 康夫 15年 益富 邦江
- 15年 有井 英樹 15年 森重 好晴
- 10年 佐伯瑛梨奈 10年 高橋 卓哉



航空自衛隊防府北基地より 感謝状をいただきました

令和5年11月29日、航空自衛隊防府北基地司令 吉田昭則一等空佐から、「ほうふ北」新聞の構成・印刷を昭和41年からコロー協会が続けていることに対して、感謝状をいただきました。



主な行事 令和5年10月～令和5年12月

| | | |
|-----|-----|----------------------------|
| 10月 | 1日 | 第12回 山口県障害者交流卓球バレー大会 参加 |
| | 10日 | 創立記念式典・永年勤続表彰式 |
| | 14日 | 第61回 防府市障害者体育大会 参加 |
| | 18日 | インフルエンザ予防接種 |
| | 21日 | ワークセンター レクリエーション |
| | 28日 | 第57回 愛とふれあいの集い |
| 11月 | 4日 | 第21回山口県障害者交流グラウンド・ゴルフ大会 参加 |
| | 11日 | ワークセンター レクリエーション |
| | 12日 | 大道まつり参加(煎餅販売) |
| | 16日 | 新型コロナウイルスワクチン接種 |
| | 23日 | キャンパス・ワークショップ レクリエーション |
| | 25日 | ワークセンター レクリエーション |
| 12月 | 3日 | 第9回山口県障害者ボウリングフェスティバル 参加 |
| | 9日 | キャンパス・ワークショップ クリスマス会 |
| | 14日 | 火災避難訓練 |
| | 16日 | ワークセンター クリスマス会 |
| | 28日 | 仕事納め式 |

令和5年6月～令和5年11月末

入所者

キャンパス …… 0名
ワークセンター …… 0名
ワークショップ …… 1名

退所者

キャンパス …… 1名
ワークセンター …… 2名
ワークショップ …… 1名