

アンダーテ

No. 60
2021. 01



新型コロナウイルス感染症の終息を願う(300cm×400cm作品) 作業療法課

- 就労定着支援事業 ベル・エポック…P2
- 作品展示会 作業療法課…P3
- デイケアだより…P4 P5
- 秋の遠足 作業療法課…P6
- 一人暮らし応援隊 栄養課 /マスク・エコバッグ販売 カフェレストラン茶居花…P7

就労定着支援事業



「就労定着支援事業」は平成30年4月から始まったサービスで、ベル・エポックでも指定を受け事業を行っております。

就労定着支援は、障害福祉サービス（就労移行支援、就労継続支援A型・B型等）を利用して一般就労された方を対象に、仕事や生活面の課題を解決しながら、職場で長く働き続けることができるようサポートしていくサービスです。就職して初めの6か月間はそれまで利用していた事業所がサポートを行ない、その後最長で3年間にわたって「就労定着支援事業」での支援を受けることができます。

働いていく中で、誰でも様々な不安なことや困難にぶつかることがあると思います。安心して働き続けることができるよう、月1回以上の企業訪問や企業の方へご本人の特性や就労上の配慮事項等の情報提供を通して、職場環境や生活上の課題解決のサポートをさせて頂いています。



Interview

現在、一般就労しているEさんにお話を聞きました。



私は、バスの清掃、厨房での食器洗いを中心に仕事をしています。左の写真は、バス内の手すり等をアルコール消毒しているところです。今までではベル・エポックの就労移行支援を利用して、一般就労に向けて準備をしてきました。そして、10月から働き始めています。

仕事が始まる前は、「ちゃんと仕事ができるかな」と不安な気持ちがありました。職場の人と上手くコミュニケーションをとれるか、仕事を続けていくか等色々心配なことがありましたが、メモをとって見返したり、分からることは聞いて確認する等工夫しながら取り組んでいます。

今では徐々に仕事を覚えて、自信につながってきました。休みの日は、趣味のゲームをしたり外食に行ったりしてリフレッシュしています。これからも周りのスタッフに相談しながら、仕事を頑張っていきたいです。 (Y・Eさん 男性)



作品展示会

11月18日(水)、作品展示会が行われました。個人OTや病棟レクで制作した作品約200点と、園芸グループ、調理実習グループ、ヘルシークリッキンググループの活動報告ポスターを展示し、披露する場です。毎年、投票で最優秀賞が決まるため皆さん入賞を目指し、丁寧に塗り絵をする方や、目を引く作品を作る方、作品の数で勝負する方など、いつも増して一生懸命取り組んでいました。

最優秀作品



モチーフ編みを繋げただけで、こんなにも立派な作品になり、賞を貰えて大変うれしく思います。(K・Mさん 女性)



皆、努力したらしく、優秀な作品がたくさんありました。(F・Mさん 男性)



幾度か入賞しましたが、今回も入賞出来てうれしいです。ありがとう！(M・Mさん 男性)

今年度は、病棟ごとに共同作品を制作しました。作業療法士が考えたテーマや下書きを基に、皆さん積極的に作品作りに参加して下さいました。普段は見学をしていることが多い方も、「折り紙やってい?」「ここ何色?」などと自発的に参加する姿も見られ、各病棟とも素晴らしい作品が出来ました。



1病棟：お花紙をころころと丸め紅葉した八甲田山ロープウェーをイメージしました。



2病棟：コロナ撃退！！アマビエの力を借りて、感染症の終息を願いました。



3病棟：実のなる木＊ 皆さんの好きな塗り絵や折り紙を一つの作品にしました。

見学中はご自身の作品を探し、他者の作品を褒め合い、皆さんの穏やかな表情が見られました。

ディケアだより



新井田川ウォーキング

11月10日(火)、健康増進プログラムのメンバーを中心とした10名で、新井田川沿いにウォーキング外出をしました。当日は天候も良く、白鳥や紅葉の景色を楽しみながら約40分のウォーキングとなりました。

参加したメンバーさんの感想をご紹介します。

新井田川は一度、行ったことがありましたが、皆で一緒に行動ができた楽しかったです。皆と一緒に自然と体が動いて楽しくウォーキングすることができました。歩いている実感がありました。他のメンバーさんと話をしながら、ウキウキした気分で歩くことができました。休憩中は白鳥を見ることもできてよかったです。
(H・Yさん 男性)



バランスボールストレッチ

12月15日(火)にバランスボールを使ったストレッチを行いました。15名のメンバーが参加してくれました。参加者の感想をご紹介します。

最近は運動をする機会が少なくなったので久しぶりに運動を感じました。久しぶりのバランスボールで楽しかったです。
(I・Sさん 女性)



三味線教室発表会

12月19日（土）に三味線教室の発表会を開催しました。例年は春祭りなどの行事のときに演奏発表をしています。今年は新型コロナウィルス感染防止対策のため行事が中止となり、発表の機会がありませんでした。今回はデイケアメンバーの前での発表となりました。

発表した方と発表を観た方の感想をご紹介します。



皆の前で発表したので緊張しました。練習では他の人と息を合わせるのが大変でした。本番ではありませんでしたが、無事に発表が終わってホッとしたです。来年もまた皆さんと一緒に発表ができる嬉しく思います。

(M・Nさん 女性)



久しぶりに三味線演奏の発表を聴きました。素晴らしい演奏でとてもよかったです。発表した人達は練習が大変だったと思いますが、とても素晴らしいです。また機会があったら聞かせてもらいたいです。

(S・Tさん 男性)

ステップアッププログラムはじめました

9月から就労を希望する方を対象としてステップアッププログラムを開始しました。継続をして軽作業や学習等のプログラムに取り組んでもらうことで、就労するための能力の向上を目指していきます。

参加をしている方の感想をご紹介します。

報告をするなどの働くために必要なことが、少しずつできるようになってきました。繰り返し作業の練習をして、集中力が身についたような感じがします。まだ始めたばかりですが、これからも就労を目指して頑張っていきたいと思います。

(K・Tさん 男性)





秋の遠足



10月7日・14日・21日、秋の遠足に出掛けました。

今年は新型コロナウイルス感染拡大防止の為、病棟ごとに実施しました。

どの日も天候に恵まれ、午前は青空が広がり清々しい天気でしたが、午後は曇り空で気温が下がり風も冷たく、秋を感じました。

行き先は『みなと体験学習館・みなっ知』・『鷺嶋神社』そして、茶居花でソフトクリームを味わいました。



みなっ知 見学



みなと体験学習館の職員の方に、館内の説明をしていただきました！！

鷺嶋神社 参拝



新しくなった鷺嶋神社を見るのは初めてでした！

患者さんの感想

- ・みなっ知では災害や津波の様子がパノラマ的に見えて迫力があった。(S・Mさん 女性)
- ・大津波の凄さにびっくりした。命の尊さを感じた。(S・Yさん 男性)
- ・震災の映像を見て改めて危機感を覚えた。鷺嶋神社が綺麗だったのと、茶居花でソフトクリームを食べられて嬉しかった。(H・Aさん 男性)



1人暮らし応援隊



一人暮らしに役立つ情報をご紹介する「一人暮らし応援隊」。今回は、食物繊維を手軽にとる方法についてご紹介します。

●食物繊維をとりましょう！

食物繊維は、便秘予防・血糖値の上昇を抑える働き・血液中のコレステロールを下げる働きがあります。摂取目標は1日20gですが、平均14gと多くの方が足りていないのが現状です。1人暮らしの方は特に不足しがちのため、積極的に取り入れましょう！

●食物繊維を手軽にとる方法

・食物繊維の多い食品を選ぶ(知る)

玄米や大麦、雑穀入りのもの・豆・きのこ・野菜・フルーツを食べましょう。雑穀入りのおにぎりやパンはコンビニでも売っていますね。



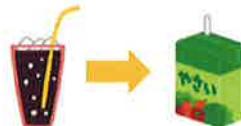
・冷凍野菜・カット野菜・サラダを利用する

毎食野菜をとるのに便利です。料理に加えたり、サラダをプラスしましょう。



・野菜ジュースを上手に取り入れる

野菜がとれない時のお助けとして1日1本を目安に利用しましょう。無添加、食塩・砂糖不使用のものを選んで下さいね！



※食物繊維を多く含む食べ物は満腹感が得られるため食べ過ぎの防止にもなります！

(管理栄養士 小林)



マスク・エコバッグ販売中！



カフェレストラン茶居花ではハンドメイドの布マスク・エコバッグも販売しています。

布マスクは全て除菌済みで、幼児用から大きめサイズまで、エコバッグも様々なサイズ・デザインを取り揃えています。

新しい生活様式にお気に入りのデザインをプラスしてみませんか。。。

カフェレストラン茶居花

休業日：毎週木曜日 営業時間：10:00～19:00（ラストオーダー18:20）

Paella Fair
茶居花のパエリアフェア

期間限定
1/4～2/28まで

海老など盛りだくさんの魚介を使った
・シーフードパエリアセット
県産こだわりチキンを使った
・ミートパエリアセット

セット内容
・パエリア
・卵とニンニクのスープ
・焼きリンゴ バニラアイス添え

・前菜3点盛り
・サラダ
・ドリンク

----- ¥3,600 / 税込



八戸駅から八戸市営バス旭ヶ丘営業所まで(旭ヶ丘営業所行き)約35分

(料金320円)

八戸市営バス旭ヶ丘営業所から出口平バス停まで(工業大学行き)約5分

(料金170円)

〒031-0813

青森県八戸市大字新井田字出口平17
社会医療法人 松平病院

電話 0178-25-3217

発行元 社会医療法人 松平病院

発行責任者 北條 敬

編集責任者 横田 浩

編集委員 前田 優子

高橋 千恵子

田中 泰子

長谷部 幸恵

佐藤 美佐緒

西垣 梨佳

桜田 はつみ

小林 憂子

高橋 加奈子