

ぱすてるだより1月号をお届けします

本年もどうぞ
よろしくお願
いいたします

編集・文一金子 園
令和7年1月27日

保護者の皆さん、こんにちは！
かがお過ごしでしょうか？
1月も終わりに近づいて参りましたが
あけましておめでとうございます。
今年も何卒よろしくお願い申し上げます！
あっという間に1月も過ぎてしま
い、すぐに春がやって来るんでしょ
うね♪お正月休みゆっくりしたことも
もう忘れてしまいそうです(笑)。

どうやら希望会の氏神様である大
頭神社は開運最強神社だそうです
！年末にテレビ撮影でゲッターズ飯
田さんが大頭神社へ来られそう仰っ
たようです。そのため今年は参拝者
が多く驚きました。「お正月は初詣に
行く」という文化・恒例行事をぱす
てるの皆さんは覚えているかなと思
いましたが、「ばちばち、なむなむい
つしに行くん？」ととてもかわいら
しい質問(笑)！覚えてくれているこ
とをとても嬉しく感じました。作
業所も歩ける方は一列に並んでゆ
っくり行きました。到着後全員で
記念撮影♪今年一年良い年になる
よう順番に参拝し、その後はお守
りや破魔矢、おみくじをそれぞれ
購入されました。ピンク色が好
きなF君はピンク(安産)のお守りが
気になりましたが安産だと知り「幸
福のお守り」に急遽変更(笑)、今
年受診が多くなるAさんは「健康
のお守り」を手にして「これで不
安も吹っ飛ばす」とホッとされて
いました。おみくじを引いた全員
が大吉で大喜び！女性の方は「
恋みくじ」を引く方もいてとても
微笑ましかったです。厄年の年表
をジッと眺め自分の年齢は厄年
なのか不安そうに見ている方も
たくさんいたので一人ずつ何年生
れか確認しながら職員と一緒に
確認して行きました。今年も皆
さんにご利益がありますように。
心も体も豊かな一年が過ごせる
よう職員

一同願っていますよ♪
6日の昼食は毎年恒例理事長から
のお寿司です。お寿司だけでは
寂しいので作業所では炊き出しの
温かいお汁、ぱすてるではにゅう
麺と一緒にいただきました。もち
のろんですが、こういう時の皆
さんの「ありがとうございます！」
はとても聞き取りやすく声が
大きくてよほしい！！(笑)き
っと理事長も喜んでもらえて
うれしかったと思います。

作業所での1月のレクはゆめ
タウン大竹へ昼食と買い物に行
きました。予算は3,000円、
昼食以外の物は時間があれば
買ってOK、軽食もOKにしま
した。皆さん何を買うか考
えがまとまらず、何度も職員
に相談にられました。普段は
カロリーの高い物は控えたり
グループホームやお家でバラ
ンスの良い食事をしているの
で食べたい物は揚げ物や、
マクドナルド、アイスやプリン
などのデザート類でした。「
たまには好きなものを自分
で選んで買ったらいよいよ」
とお話し、当日は天丼・カツ
・から揚げ・お寿司・パン・
アイスなど大好きな物をか
ごに入れセルフレジで支
払いを済ませました。今は
どこもセルフレジで職員
による援助が必要な方も
いらっしゃいますが、ほと
んどの方は慣れていたので
驚きました。欲しいものが
ありすぎて予算の中にお
さめる事できない方、金
銭の計算が難しく一生懸
命考えて調整する方、時
間いっぱいまで見て回り
汗だくになっている方
など様々でしたが、皆
さん満足そうな表情で
買い物を済ませたので
とても嬉しかったです。
また機会を作ってレク
で買い物に行きたい
と思っています。その
為にも「今年も作
業所でしっかりお
仕事をして、た
くさんお給料が
もらえるよう頑
張り

ましよう！」と締めくくりました。
ぱすてるでは例年抱負カードを
利用者さん・職員一人ずつ作成
しております。今年の職員の抱
負の大半は健康に関するこ
とが多く、利用者の皆さんが
大人になっていると同時に職
員も歳を取っていること(老
化)をしみじみ感じました。
利用者さんの抱負には「お
仕事がんばります」「美味
しい物を食べます」「みな
と仲良くします」など真
面目なものが多かったです
が「でもそれらは健康があ
るからできるですよ〜」と
心の中でうらやましく思
っておりました(笑)。そ
して大問題発生！年明けに
皆さんの体重測定を行った
のですが、ほとんどの方が
数キロ増(-_-)。増えて
欲しい方が増えているのも
ありましたが、増えると
困る方も多く…。屋外運
動(ウォーキングやダッ
ッシュという追いかけっ
こ)に屋内運動(YouT
ubeでストレッチ、懐
かしのブートキャンプ、
ダンス動画に音楽体操、
ぶるぶるマシーンにエア
ロバイクにマット運動)と、
結構使える時間はみんな
運動頑張ってくれてい
るんですが…今月急ぎょ
移動支援を組み込んで
プールへ行かれた方も
いました。ぱすてるで
摂取するのはカロリー
コントロールされたお
弁当程度でおやつ
タイムはないので
これ以上変え
ないし…という
ことで今年ぱ
すてるの課題
はダイエット！
有効な方法を
ご存じの方が
いらっしゃら
たらアドバイ
スください。
また上記の方
のように移動
支援等の他サ
ービスを加
えるのも良
いかもしれ
ませんね♪
そんなこんな
で2025年
も始まり
ました。今
のところイン
フルエンザ
感染された
方もおらず
保護者の
皆さんのご
協力、と
ても感謝
していま
す。来月
号もお
楽しみに♪