

やすらぎニュース

『障害福祉サービスって?!』

さて、このコーナーもいよいよ今回で最終回を迎えます。1年にわたり、福祉サービスについて綴ってきましたが、私たちにとっても良い勉強になりました。今回のテーマですが、『地域活動センターについて』です。地域活動センターって!?規模や活動内容によってI型II型III型に分かれます。

I型は、精神保健福祉士など専門職員を配置し、創作的活動、または生産活動の機会を提供、社会との交流などを行う事業を言います。

II型は、入浴や食事の提供、機能訓練・介護方法の指導、レクリエーションなどをおこなう事業です。

III型は小規模作業所の事を指します。

地域活動センターは「働いて稼ぐ」ことよりも、活動に参加したり、社会との交流を促進するための作業所です。“やすらぎ工房”は、就労継続支援B型事業所に属し、地域活動センターとは違い、「働いて稼ぐ」ことを目標にしています。

地域に溶け込み社会に参加する事が私たちの支援の目的でもあり、利用者の夢、願いでもあります。

今後もやすらぎニュースを通し、地域の方々や関係機関の方々と交流していきたいと思っておりますのでこれからも“やすらぎ工房”をよろしくお願ひ致しますm(_)_m

さて、来年度の特集コーナーは何になるのでしょうか!?

＜1月行事＞

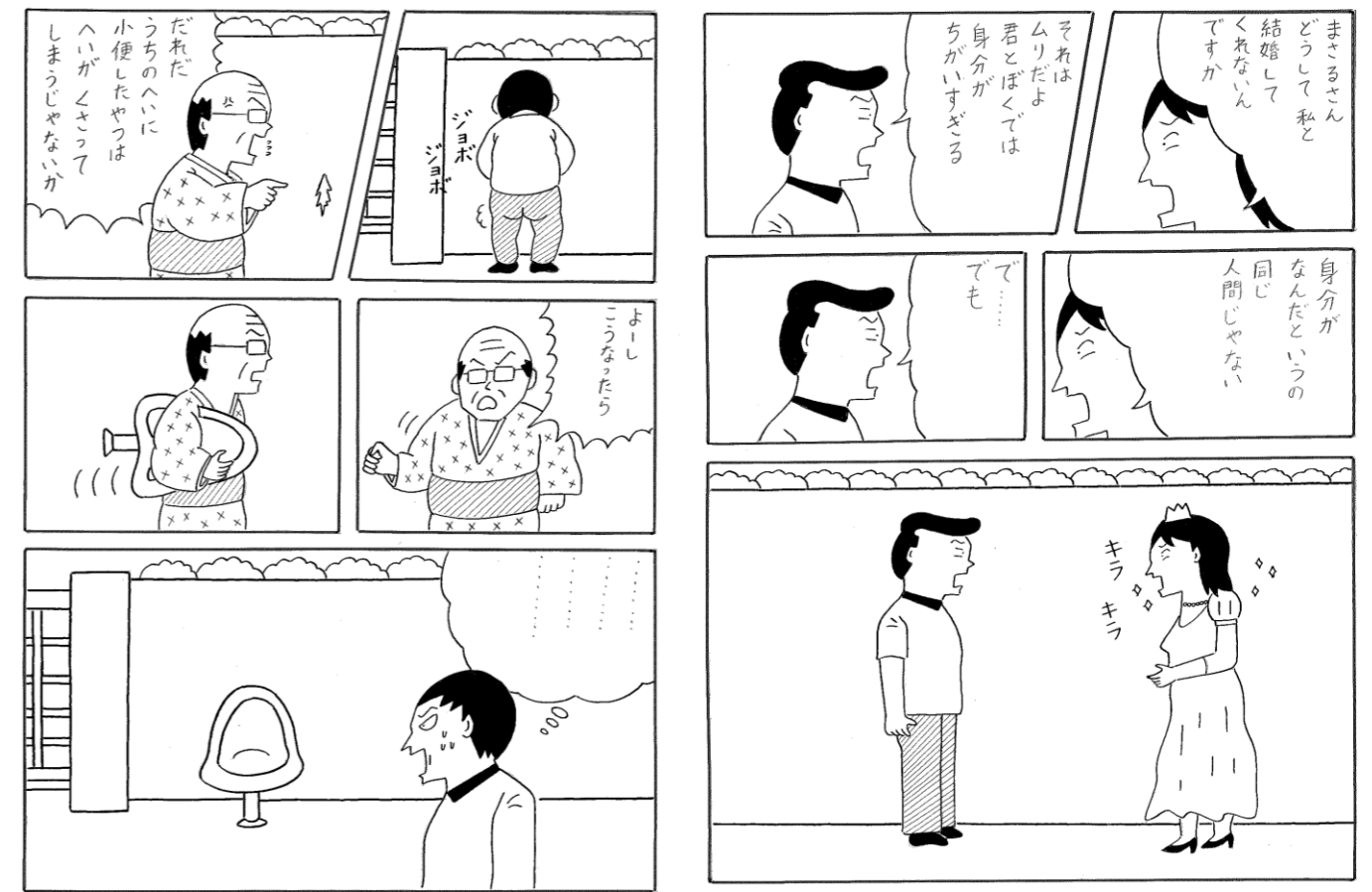
1月の土曜日開所は工場見学ツアーと題して、「麒麟ビール工場」と「めんたいパーク」に行きました!ビール工場では、まだアルコール分のない状態での1番麦汁と2番麦汁を試飲。味の違いや麦の甘味にびっくりの体験でした!ビール工場見学のあとはめんたいパークへ。明太子を試食し、お土産を買ったりめんたいソフトに挑戦したり。寒さもなんのその!!な一日でした(●^o^●)

＜12月行事＞

12月行事はクリスマス会を行いました。午前中は、焼きそばグループ、ポテトサラダグループ、からあげ・おにぎらずグループに分かれてクリスマスランチ作り♪ お昼にランチを食べた後は各自で注文したケーキを美味しく頂きながら、メンバーさんのサンタショー&有志によるマジックショー⇒どちらも大成功♪♪ その後は3チームに分かれて、チーム対抗ゲーム合戦!ゲームはフルーツバスケット、王様ジャンケン、ジェンガと行い、優勝したチームから好きな景品をゲット!!どのゲームも盛り上がりましたが、最後のジェンガは倒れそうでしたが、「VS嵐」のローリングタワー顔負けの闘いにドキドキハラハラを楽しみました♪♪



太郎のマンガコーナー



おすすめレシピ&コラム

食べて糖尿病大改善!

今回はおすすめ「食べ方」を紹介し、去年、NHK「ためしてガッテン」で放送していた「医師も驚く最新ワザ 腸内細菌が血糖を下げる」というものです!大腸には約2kgも腸内細菌がいるらしいのです。その細菌が大腸内のインスリンが出るスイッチを押してくれるんだそうです。インスリンは血糖値を下げる重要な働きがあります。ですので、腸内細菌を増やすことが大切なんだそうです。腸内細菌のエサは水溶性食物繊維を含む食物(根菜類、海藻類やネバネバ系)だそうです。水溶性食物繊維を摂取してスイッチを増やします。そのスイッチを強く押し沢山指令を出させるパワーを引出す食べ物は魚!腸のスイッチに先にたどりついた食材によってインスリンを出す指令の量が違うため、ご飯より先に魚を食べることが重要なんだそうです♪

〜お知らせ〜

やすらぎ工房では、新聞、チラシ、本、雑誌、古本、段ボール、ペットボトル、空き缶のリサイクル活動を行っています。上記のものに限り、ご協力頂けたら嬉しいです。持って来て頂ける方のみとなりますが、よろしくお願ひ致しますm(_)_m



画:濱田茂雄