



福岡県小郡市大板井1143-1
 電話番号 0942-72-7221
 FAX 0942-72-7222



発行人
 こぐま福祉会「そら」編集委員会



<http://www.koguma.ed.jp>



夏だ!!! 山へ行こう!



ジメジメした梅雨が終わると・・・
 いよいよ待ちに待った夏がやってきます!
 尾久保研修所「みんなの館」も、夏になると、毎年たくさんの方で賑わいます。
 幼稚園のキャンプや、自然体験、夏休みを利用してのスポーツ団体の合宿、家族旅行、などなど。

「みんなの館」は、体育館や音楽室、教室の一角にはダブルボールコーナーや、図書コーナーもあります。外には二十五メートルプールと、小さい子どもさんにも入っていただける少し浅めの小プールがあります。

そして、「みんなの館」には、なんととっても周辺に広がる大自然があります。

「山」には、いろいろな『発見』があります。周辺の山にはさまざまな野草、虫たちが生息しています。

ちよつと散策すると新しい『発見』があるかもしれせん。

海もいいけど、山もいいですよ!

(みんなの館 赤司和美)

心の窓



くわがたグループ
さかもと けん 坂本 健くん

くわがたグループに通園している坂本健です。

健は、妊娠七カ月の時に水頭症がみつかり三十六週で帝王切開で産まれてきました。翌日にはシヤント手術を受け、健を初めて抱っこできたのは生後八日目の事でした。あの時にずしっとくる重みは今でも忘れられません。

日々みつかる病気・・・。「この子は入退院の繰り返しになると思います。」「感情表現する事は難しいかもしれません。」医師から聞かされる内容はどれも信じられないものばかりでした。それでも「生きていてくれるだけで幸せ」と主人と話をしたことを覚えてます。

そんな健も今ではたくさん笑い、怒り、泣き、しっかりと自己主張してくれます。病院でも、あの健君からは想像がつかないほどよく驚かれます。こんなに成長できたのも、家族の支えだけではない、一歳からお世話になつていて、こぐま学園の存在が大きいと思います。



はじめは泣いてばかりだった療育も、先生方の優しい声かけと笑顔のおかげで乗り越える事ができました。その後も、健のペースでたくさん事を経験させて頂きました。運動会での電動車イス、療育中にお友達と一緒に動けるSRC、このような体験が健の自信に繋がっていると思います。

苦手だった電子音もいまでは平気に、小麦粉ねんどだつてさわれるようになりました。

それもこれも先生方をはじめ、親と同じような気持ちで支えてくれるお友達のママ達、いつも健の側で元気をくれるお友達のおかげだと思つています。発作に脳内出血などまだまだ心配な事も多い健・・・。

これから何があつても今の笑顔が消えないように「世界で一番愛しているよ」と伝え続けていきたいです。

健がいたからこそ出会えた出会いに感謝し、これから家族で一步一步前に進んでいきたいと思つています。

その為にも、先生をはじめ、お友達のママ達、お友達のみんなにお世話になると思いますがどうぞよろしくお願い致します。

(坂本健の母)



児童指導員
くすだ たまみ 傘田 珠美

みなさん、こんにちは。児童支援部児童指導員の傘田珠美と申します。初めてお目にかかる方にも知ってもらえるこの大チャンス！喜んでパソコンにむかつております！

私の唯一の特技？はバレーボールで、身長一七〇オーバーなのですが、保育園の頃からクラスの誰よりも大きく、運動会の鼓笛ではなぜか大太鼓に抜擢。小学校ではランドセルが似合わず、低学年にも関わらず高学年と間違われ・・・自分が周りよりも大きいと自覚したのは、中学校に上がり、自分の肩よりも低い身長のお友達に両サイドを固められた時でした。

私は、小さい頃から「保育園の優しい先生」になる事が夢で、中学校・高校の職場体験では迷わず保育園を選びました。

大学進学の際には、保育科のある短期大学に行きたかったのですが、大好きなバレーボールを選び福祉系の四年大学に通うことになりました。

大学に進学し、バレーボール漬けの毎日の中、学年が上がるにつれ、分野も細かく分かれていきました。私は、福祉の中でも幼児の分野を選択し、児童養護施設への実習や知的障害児通園施設へのボランティアを行ってきました。

大学四年生になると目の前には就職。私が選んだのは、地元の小学校の学童保育所でした。市からの募集内容は、障がい児に対する加配。私に務まるのか不安でしたが、とにかくチャレンジ！この時に出逢ったのは、脳性麻痺の女の子でした。その子は麻痺があるにもかかわらず、勉強・遊びどんなことにもチャレンジ！すごく大きなパワーを感じたのを覚えています。その女の子のおかげで、普通だったら体験できない、学校の中の「特別支援学級」にも一ヶ月間入らせていただきました。

この、「特別支援学級」に入らせていただいた頃から、自分出来る事ってなんだろう？と考え始めました。そして、二〇一二年の冬！このこぐま福祉会と私を繋いでくれたのが、私の大好きなバレーボールでした。バレーボールの試合の休憩中に、現かぶとむしグループ担当の平川先生と仕事について話をしている中で、このこぐま福祉会を知りました。

児童指導員として働ける事を知り、自分に務まるのか不安は沢山ありましたが、とにかくチャレンジ！

今こうしてこぐま福祉会に就職させて頂いただけ、沢山の子ども達・お母様と関わる中で、子ども達のパワーとお母様方の子ども達に対する最上級の優しさをこの大きな体で感じている毎日です。

これからも、子ども達、お母様方と一緒に心も身体も今以上に、大きくなっていけたらと思つています。

ポピー祭りに参加しました

五月十一日(日)味坂ポピー園にて「味坂ポピー祭り」が開催されました。地域の方のご好意により例年同様こぐま福祉会からも出店させて頂くことになりました。

「たんぼんなか」から手作りクッキー、「愛らんど」から生産活動で作製したはがきを販売しました。当日は天候にも恵まれました。こぐまのクッキーは好評で、毎年購入して下さる方、今回初めて購入して下さいました方もいました。愛らんどのはがきは今回初めて販売しましたが、手作りはがきと言うこともあり外国の方も興味を持ってくれました。おかげさまでクッキー、はがき共に完売する事が出来ました。今後も様々な行事に参加し、たくさんの方に「たんぼんなか」「愛らんど」の事を知っていただきたいと思います。

(生活支援員 山口務)



愛らんど特製 手作りはがき こんなふうに使ってます！！

①【パック切り】

はさみを使用し、パックの線に沿ってそれぞれのパーツに切り分ける。



②【紙ちぎり】

鍋で熱したパックのフィルムを剥がして乾燥させ手で細かくちぎる。



③【計量】

細かくちぎった紙を電子計量機に載せ2.0gずつ計量する。



④【ミキサー】

計量した紙を1分間ミキサーにかけ細かくする。



⑤【紙すき】

ミキサーにかけたものを紙すきの道具に流し込み形を整える。その後、窓に貼り付け乾燥させる。



⑥【アイロン】

乾燥したはがきにアイロンを掛け、しわを伸ばす。



⑦【スタンプ】

完成したはがきにゴム版で作ったスタンプをスタッフと一緒に押す。



⑧【包装】

専用の袋に入れ、メッセージカード、リボンを付けたら愛らんど手作りはがきの完成！



他にメッセージカードやコースターも作ってます



(生活支援員 藤崎)

暑い夏を
乗り切ろう!!

夏バテ防止対策

夏バテしないために～医務より～

暑い日が続くと体力が落ちて疲れやすくなります。いわゆる『夏バテ』をしないために次のことを心がけましょう。



早寝で睡眠時間をたっぷり

看護師 副島

大人のライフスタイルに子どもを巻き込まず、早寝を心がけ疲れをためないようにしましょう。

1日3食しっかりと!

一日のエネルギー源である朝食はしっかりと食べましょう。バランスの良い食事を心がけましょう。

水分補給は充分に!

水分は飲物以外で夏の旬の野菜や果物から摂ることができます。食事やおやつに積極的に取り入れましょう。

糖分の多い清涼飲料水はできるだけ減らし、麦茶やお茶を飲むようにしましょう。

クーラーに頼り過ぎない!

冷房を使用する時は、外気温との差は5℃くらいを目安にしましょう。

帽子をかぶる!

戸外に出るときには、直射日光を避けるために、必ず帽子をかぶりましょう。

夏バテ予防の栄養素と献立～給食より～

夏の時期はクーラーの効いた室内や車内と、気温が高い屋外との温度差で体調を悪くしがちです。

食欲不振からビタミンB1やカリウムが不足すると脱力感にもつながり要注意です。

ビタミンB1

豚肉、ウナギ
大豆、胚芽米など

カリウム

ひじき、イモ類
インゲンなど



管理栄養士
一木

疲労回復に有効な栄養素はこちら!

アスパラギン酸

大豆、もやし
アスパラガス
など

カロテン、ビタミンC・E

南瓜・人参・果物など

献立と作り方 (7月の献立から)

豚肉と玉葱の甘辛煮

材料 (4人分)

- 豚肉 200g ●玉葱 350g ●葱 40g
- 生姜 少々 ●油 5g ●砂糖 大さじ2
- 醤油 大さじ2 ●みりん 大さじ1

作り方

- ①鍋に油を入れスライスした玉葱と生姜を入れ炒める。更に豚肉を入れ砂糖・醤油・みりんで整える。
 - ②①に2～3cmに切った葱を入れて出来上がり。
- ☆御飯にかけて丼にしても美味しいですよ。

新入職員紹介 ①趣味②ひとこと

保育士
きたむらとよこ
北村登代子



- ①楽しい事なら何でも!
- ②仕事の流れを覚えて、しっかり動けるように頑張りたいです

事務
しみずよしあき
清水善昭



- ①格闘技観戦
- ②いつも明るく信頼される職員を目指します

行事予定

- 9日 (水) 避難訓練
- 12日 (土) 13時～
- 15日 (火) 終日
施設内改修工事に伴い一部休園
- 26日 (土)・27日 (日)
こぐま療育セミナー
- 交流保育
- 1日 (火) 真愛保育園
- 10日 (木) 五条保育所
- 16日 (水) 三国保育所
- 22日 (火) 味坂保育園

「こぐま療育セミナー」

ご案内

今年も7月26日(土)、27日(日)に、こぐま療育セミナーを開催します。今年度は『地域で子ども達を支えるために～ライフステージからみた支援の重要性』をテーマに、医師をはじめとして、2日間にわたり、各職種からの講義を計画しております。

まだ定員に若干余裕がありますので、是非ご参加いただきますようご案内いたします。

詳細は館内に掲示している案内、ホームページをご覧ください。または個別担当者までお尋ねください。

多くの皆様の参加をお待ちしております。
(研修委員 田中亮)