



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>



ふれあい遠足に  
行ってききました♪



☆はぐ・しろくま☆

5月15日(水)「筑前町多目的運動公園」に遠足に行ってきました。

今回、遠足で初めて訪れる公園でしたがお天気にも恵まれ、思い切り遊ぶことが出来ました。午前中は滑り台やブランコ、トンネルなどの遊具で遊んだり、広い芝生の上で思い切り体を動かしました。スタッフや保護者の方と一緒に滑る長い滑り台にちよつぴりドキドキしたお友だち、大笑いのお友だち、色々な表情を見せてくれました。昼食後はソリに乗ったり、恒例の?クラス対抗長縄飛びを行い、お母さん達の大ジャンプに釘付けの子ども達でした。今年度、初めての行事で楽しい思い出が出来ました。

(児童指導員 立山英恵)

☆ゆう☆

5月24日(金)毎年恒例の「夜須高原自然の森」に遠足に行ってきました。グループ毎にバスに乗り、車内では皆でレクレーションを楽しみました。公園では、大きなローラー滑り台(ヤスゴン)を繰り返し楽しんだり、そんなお友だちの様子を見てチャレンジをしたり、砂場やしゃぼん玉でじっくり遊んだり、それぞれの子ども達のペースでたくさん遊びました。保護者の方やスタッフにとっては、昨年の遠足の様子を思い返して、子ども達の成長を感じられる良い機会となりました。

(児童指導員 井上)



生活介護事業所  
愛らんど  
隆司さん

5月に誕生し、さわやかな時候でしたが、二男の隆司は未熟児で生まれ、さわやかな時候どころか空はくもっていました。

色々と体質が弱く、首は座らず何故と思う私に横から母が「今遅れているけどそのうちに…」という言葉を信じ、「遅れてもゴールは一緒だ」と軽い気持ちで受取り、悲しむ事はありませんでした。

実家の横に引越し、私の小学生の時から育ったところですので、周囲はみな知り合いで、よく隆司に声をかけて頂きました。歩きも遅かった為、三輪車を与えました。日に日に上手になり、人によく挨拶をし、近所の方から菓子頂き、やはり親は嬉しく「ゴールは一緒」だと思えばかりでした。

幼児期は福岡の小学校でリハビリや久留米の小学校で先生方に指導を頂きました。しかし、コンクリートの建物には入りませんでした。何かイヤだったのでしよう（頑固な面もあり）いつも建物の外でのリハビリを受けていました。

そのうちに就学の時期になり、学校にいかねばならず、福祉も年々理解して頂くようになり、久留米養護

学校に入学しました。小郡から電車・バスで約1時間の通学中も皆様から、温かい言葉を頂き、また色々な経験もありました。

今は昔と違い、世間の方々の障害者に対する考えも変わってきたように感じます。ありがたいことです。

自分一人で生きていく事はできません。養護学校（小・中・高）での温室な生活が終わり、次は授産施設での仕事です。本人は頑張りながらも苦勞したと思います。福祉の向上により、家に閉じこもっているより社会進出を体験し、得る事がたくさんあると思っています。

ある日、市の福祉課の方より電話がきました。「隆司さんが汗びっしょりになり、田んぼの園にいきたいと：来られましたかどこでしょうか」との事。私はわかりませんと返事をし、後日、隆司をつれて捜しにいきました。今すぐお世話になっていくこぐま学園のことでした。私達も喜び見学に行きました。それから愛らんどへ通所をお願いし、現在2年目になります。きめ細かい指導と声かけ、体調や生活の指導など本当に驚きと感謝です。（休もうといっても休みません）一人でトイレに行けるようになった事・難問中の難問つきり恐怖から脱出・物を出したら元にもどす（テーブルの上はきれいに片付けます）先生方に色々ご指導頂いて、本当にありがとうございます。今後ともよろしくお願い申し上げます。（隆司の母）

こぐまLINE



はやしだ  
支援員 林田

皆様こんにちは。就労継続支援B型事業所Smile Workの林田と申します。今回は、私の自己紹介から始めさせて頂きたいと思えます。

私の出身は、長崎県で海と山に囲まれた自然豊かな下田舎の生まれで海釣りやサザエ取り、山では鳥の罠仕掛けや秘密基地などを作ったり、悪い事をして親から愛のムチを受けた事もいくたびか、そうしながらすくすくと育ちました。

中・高時代は部活に明け暮れる毎日陸上部の短距離を専門にやっていました。

高校卒業と同時に親の勧めもあり自衛隊となりました。佐世保の相浦に入隊し、福岡の飯塚での教育を経て、小郡の陸上自衛隊に配属になり日夜訓練に励んでいました。入隊し数年後には北海道勤務を5年間経験し、それ以外はここ小郡で勤務しました。勤務中は周りの皆様に助けていただきながらなんとか定年を終える事が出来ました。

定年後は、以前から興味があった福祉関係の仕事に就いてみたいという思いと先輩の助言もあり、こぐま学園で勤務させていただく事となりました。

ました。

いきなりこの世界に入り、いざ働き出してみても、周りの皆様の大変さはもとより、自分の無知さに打ちのめされる日々が、続いています。が、勤務している周りの皆様に色々ご指導して頂きながら「毎日が勉強」という気持ちでなんとか勤務させて頂いておられます。

現在の勤務場所であるB型事業所は、障がい等により企業に就職することが困難な方に、就労の機会を提供するとともに生産活動（こぐまオリジナルクッキー製造）その他の活動（洗濯作業や余暇活動）の機会の提供を通じて、その知識及び能力の向上のために、必要な支援を行いながら、現在スタッフ3名、利用者様5名と共に笑いの絶えない職場を目標に日々奮闘しているところです。

また、休日には家族サービスの他に、念願叶って手に入れたハーレーダビットソンに跨り、近場から遠方までソロツーリングやグループツーリングに出かけて、季節の風を感じながら、周りの景色やご当地の名物を食べたりして、楽しんでいきます。

こぐま学園で勤務するようになり今年3月で3年目に入りましたが、まだまだ分からない事が多く学ぶ事だらけです。これからも日々努力を重ね、しっかりと勤務していこうと思っておりますので今後とも宜しくお願い致します。

### 事業紹介

#### 「診療所リハビリテーション課」

リハビリテーション課は、理学療法（PT）、作業療法（OT）、言語聴覚療法（ST）、心理の4職種から構成されています。

対象や目的は職種で異なりますが、PTでは乳幼児から成人までを対象に、運動発達の促進や歩行器・車椅子を使用した移動の支援、身体の変形や呼吸障害に対するリハを実施しております。OT、STは主に乳幼児期から小学校低学年を対象にしています。OTでは子どもの遊びや食事・着替えなどの日常生活動作、運動、学習に對しての支援、使いやすい道具の紹介等を行っています。STでは哺乳、摂食、コミュニケーションに對してお子様に合わせて支援を行っています。心理は知能検査や発達検査の他、心理相談、保護者支援としてのペアレントトレーニングを行っています。

お子様の生活がより充実するように、これからも保護者の方と一緒に進めていきたいと思っております。  
(作業療法士 齊藤)



#### 「生活介護事業 愛らんど」

18歳から70歳代まで幅広い年齢の方が利用されており、主に知的・発達障がいの方を対象に作業・活動の提供を行っています。学校卒業後は運動する機会が減ってしまう為、週3回のウォーキングに加え、毎週金曜日は「運動の日」としプール、マラソン、サーキットなど運動面に力を入れています。土曜日はドライブやクッキングなどの余暇活動、年間行事としては年2回の旅行や福岡県が主催するスポーツ大会への参加も行っていきます。

利用者様に「楽しい」と思ってもらえる事業所を目指していきたいと思っております。  
(生活支援員 山口)

#### 「生活介護事業 べあクラブ」

身体障がいや医療的ケアの必要な方を対象として、日中活動支援を行なっています。一日を通して、身体を動かす活動や手先を使った制作・カラオケやリラクスタタイムなど、集団活動やそれぞれの利用者様に合わせた個別活動を行っています。また、機能訓練や健康管理にも力を入れています。季節行事やスポーツ大会・社会体験等、様々な経験をし、充実した生活を送って頂けるよう楽しいべあクラブにしたいと思っています！  
(生活支援員 江口)

#### スポーツ大会♪



べあクラブ



愛らんど

#### 「就労移行支援事業 Work Step」

一般企業への就労を希望される障がいをお持ちの方を対象とし、2年間の職業訓練期間中に就労する為の知識や能力を養い、実習や職場体験・企業面談会参加等を行っています。又、社会人マナーや体力作り、コミュニケーション能力の向上の為に学習会やスポーツ大会への参加等様々な経験をさせて頂きます。

施設外就労を通して仕事の厳しさや責任感を養い、工賃を得る事で達成感を味わえる取り組みも行っていきます。安定した就労先を得る事で人生設計の基盤を作っていく就労支援を行っていきたく思っています。  
(就労支援員 松本)

#### 「就労継続 B 型支援事業 Smile Work」

現在、6名の利用者様に生産活動やその他の活動の機会を提供し、知識及び能力の向上のために必要な支援を行っています。生産活動では、クッキーの生地づくりから販売まで行っています。その他洗濯作業を取り入れ、洗濯機の使用法から物干し、取り込み、たたみ、収納までを行っています。様々な作業や活動を通して社会人としてのマナー、作業を通しての達成感や喜びを感じ笑顔の絶えない職場を目指し日々みんなが頑張っています。  
(職業指導員 林田)

#### 自動車部品仕分け



Work Step



Smile Work

### 特別支援学校見学報告

毎年6月頃に次年度就学予定のお子様の保護者の方を対象に、特別支援学校の見学会を実施しております。今年度は久留米特別支援学校、太宰府特別支援学校、小郡特別支援学校へ見学に行ってきました。今年もたくさんの方の保護者の方が参加されました。

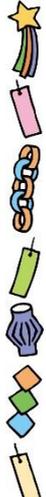
見学会では、それぞれの学校の教育方針や概要を伺った後、校舎や教室等の環境面や生徒さん方の普段の授業風景などを見学しました。保護者の方も熱心に質問をされました。今回の見学会が、今後の進路選択の参考になれば幸いです。  
(相談員 市丸)

### 避難訓練を実施しました

こぐま福祉会では、毎月、避難訓練を行っています。5月の避難訓練では地震を想定した火災避難訓練を行いました。

地震が発生した際には、最初に身の安全を守る行動として、まずは「物が落ちてこない・倒れてこない・移動してこない」場所に身を置き、揺れがおさまるまで動かないこと、また揺れがおさまってから、スリッパ等を履いて、避難することが大切です。天災は忘れたころにやってきます。

これからも毎月避難訓練を実施していきますので、ご協力よろしくお願ひします。  
(防災安全委員 重富)



### 夏バテに気をつけよう!

夏バテ対策をしっかりと行って、暑い夏を元気に乗り越えましょう。

夏バテとは

「夏バテ」は病名ではなく、だるい、疲れやすい、食欲不振などの夏の体調不良の総称です。体調不良↓体力が落ちる↓免疫力が落ちる↓ウイルスに対する抵抗力を下げてしまうこととなります。

### 夏バテ対策

① 温度差や体の冷やし過ぎに注意する  
外気温と室温の差を5度以内にするのがポイントです

② こまめに水分補給をする  
体内の水分が減ると血液中の水分も減り、血液の循環が悪くなり内臓や脳に負担がかかります

③ 睡眠をしっかりとる  
暑さによる疲労回復や自律神経を整えて体調不良を改善するために睡眠はかせません

④ 冷たいものばかりでなく栄養の偏りが無い食事をする

⑤ ゆっくりぬるめのお風呂に入る  
冷房や冷たい飲み物で意外と身体は冷えています。冷えは免疫力低下につながります

(看護師 副島)

### 夏バテ対策!

大豆・豆腐・納豆等に含まれる植物性たんぱく質は免疫力を高める効果が期待出来ます。なかでも豆腐は消化吸収も良く、色々な料理に使いやすいのでお勧めの食材です。

冷奴で食べる場合は生姜・ごま・葱等の薬味を加えることで食欲も増し疲労回復につながります。特に鯉節をかけるとビタミンDが含まれており豆腐に含まれるカルシウムの吸収も増加します。

毎日の献立で食材の1つに豆腐を加えてみましょう。  
給食献立より豆腐メニューのご紹介

\*炒り豆腐\*豆腐ハンバーグ

\*すき焼き\*白和え

\*味噌汁やスープの具

\*ツナのせ冷奴 など

☆ツナのせ冷奴の作り方

材料 (3人分)

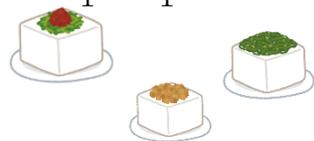
ツナ 大さじ1

豆腐 2分の1丁

ごま油 小さじ2分の1

砂糖 小さじ2

醤油 小さじ2分の1



酢 大さじ1

作り方

①豆腐を食べやすい大きさに切る。

②ごま油・砂糖・醤油・酢を混ぜ合わせツナを加えタレを作る

③豆腐に②のタレをかけ、出来上がり。

※タレにトマトやオクラを刻んで入れると彩りも良く美味しいですよ。

(管理栄養士 一木)

### 交流保育を行います

「ゆう・はぐ・しろくま」の週2回以上登園のグループを利用して、お子様を対象に、交流保育を行います。今年度も、21名のお子様に参加される予定です、ご協力をいたたく6つの園の同年齢のクラスにて、1日を過ごさせていただきます。いつもと違う環境にドキドキするお子様もいますが、園のお友だちが誘いかけてくれる中、回数を重ねることに園での活動を楽しみようになる様子が見られています。

各園には、学園の担当スタッフが同行します。今年度もたくさん笑顔が見られることを期待しています。(保育士 大倉)

- 交流先 (順不同)
- 三国保育所
  - あじさか保育園
  - 久留米天使こども園
  - 真愛保育園
  - ごじょう保育所
  - 太宰府南保育所



### 夏まつりのお知らせ

今年も、こぐま学園夏まつりを開催致します。カレーライスや焼きそば、かき氷などの飲食コーナーに、こぐま学園名物のおぼけ屋敷や体験コーナーなども企画しております。お盆前のお忙しい時期かと思いますが、ご家族揃ってぜひぜひご参加下さい!

《日時》8月3日(土)

17時~20時15分頃まで

※雨天決行。中止の場合は、こぐま学園ホームページにてお知らせ致します。

(夏まつり実行委員長 加藤るい)

### 新入職員紹介

- 薄衣 江莉子(支援員)
- 大浦 みなみ(こぐま臨床心理士)
- 佐藤 麻子(尾久保研修所事務)
- 佐藤 英二(尾久保研修所所長)
- 篠原 三紀子(保育士)
- 成元 あゆみ(事務)

### 退職者紹介

- 井上和子(尾久保研修所)
- 梅野忠光(尾久保研修所)
- 高橋佳子(理学療法士)
- 中川祐佳(生活支援員)
- 真野理絵(尾久保研修所)

### 行事予定

- 7月 26日(金) 避難訓練
- 31日(水) 職員研修のため休園
- 8月 2日(金) はぐ・しろくま・ゆう ウォーターランド
- 3日(土) 夏まつり
- 11日(日) ~15日(木) 夏季休暇のため休園
- 17日(土) 避難訓練
- 20日(火) 夏季キャンプふれあい会
- 21日(水) ~23日(金) 夏季キャンプ
- 30日(金) ~31日(土) はぐ・しろくま お泊り保育
- 9月 7日(土) ~8日(日) ゆう お泊り保育
- 10日(火) 避難訓練

