



迎春2019

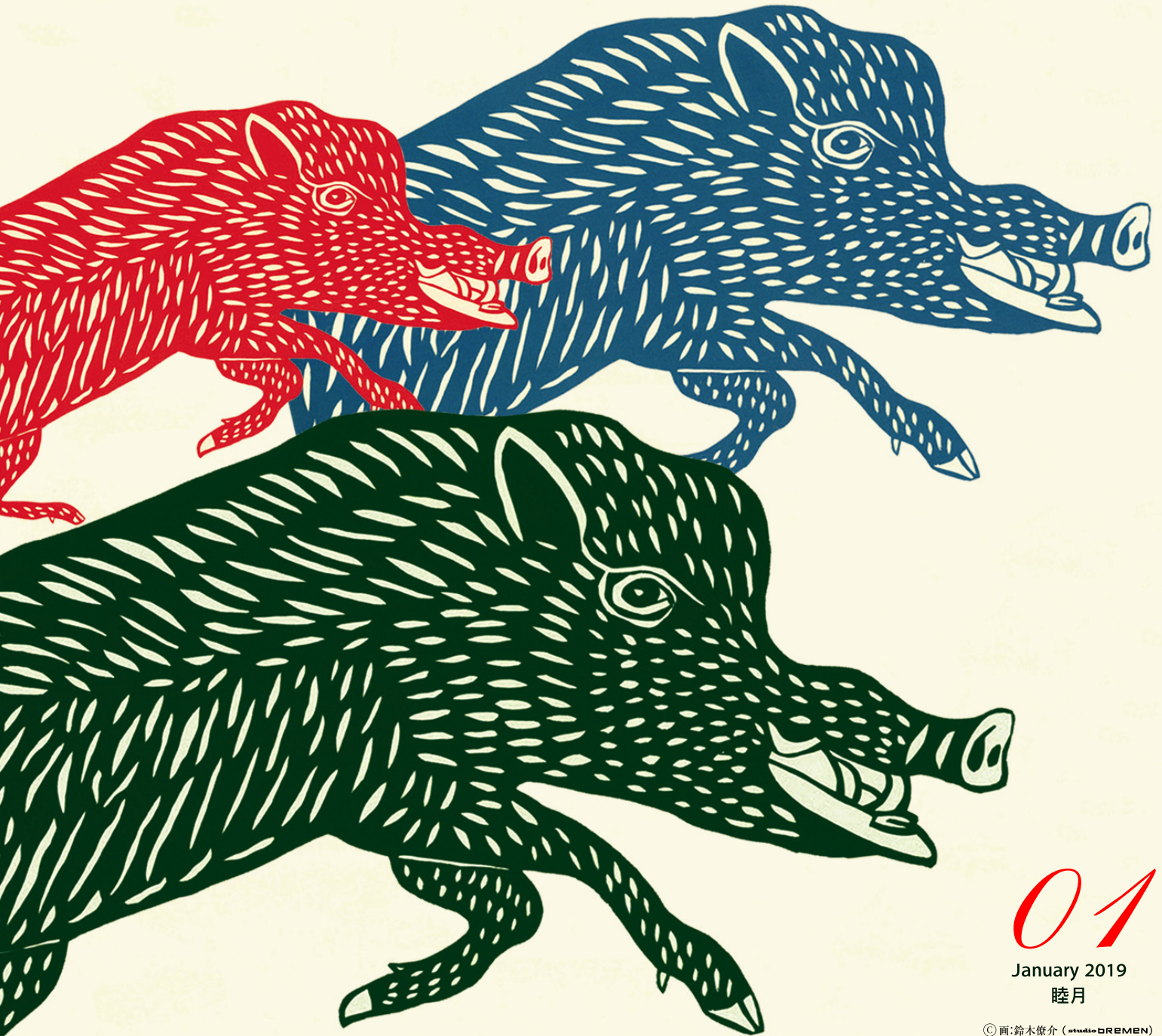
特定非営利活動法人  
とむての森

# とむての森 通信

VOL.166

誰もが地域であたりまえに暮らせるために

TOMUTE NO MORI PRESS | <https://tomutenomori.or.jp>



01

January 2019  
睦月

© 画:鈴木僚介 (studio BREMEN)

## ■ 積極果敢に挑戦しながら、経営状況の改善にも取り組んでいきたい。

新年あけましておめでとうございます。昨年中はお世話になりました。今年もどうぞよろしくお願いいたします。

さて、今年はどんな年になるのでしょうか。消費税が10月には10%になるといわれている中で、与党の税制改正大綱では、消費税の軽減税率対策の1つとして社会保障費を1000億円削減するとの報道が昨年12

月半ばにあったところでした。こうした影響が私たちのサービス提供体制や、サービスを利用される方々にどんな影響が及ぶのか、及ばないのか。今後の状況を見極めながら必要な対応を私たちも進めていかななくてはならないと考えております。

さて、今年は平成最後の年でもあります。新しい元号への変化によってさまざまな

影響もあるかと思いますが、とむての森は力を合わせて今後も地域の課題解決とまちづくりを福祉を通じて進めるNPO法人として積極果敢に挑戦しながら、経営状況の改善にも取り組んでいきたいと思っておりますので、今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

代表理事 平賀 貴幸

昨年は、法人理念に基づく3ヶ年計画のうちの1年目でした。就労支援事業所「すてっぷ」として、なぜ働くのか？どのようにして働けばいいのか？と、「働くこと」に向き合いました。色々なことが出来るようにならなくては、働くからには満遍なく取り組まなくてはと、どこか四角くきれいに収まるように考えていた我々。

でも、そんな考え方をやめました。「働くこと」って、もっと自由で良いはず。四角でも三角でも、丸でも星でも良いのです。そっちの方が楽しそう。だから、作業や活動の「全て」をできることを必ずしも「目指さない」ことにしました。人それぞれ得意なことと苦手なことがあります。得意なことは

楽しいけれど苦手なことはちよつぱりつまらない。でも、そんな苦手なことをカバーできるくらい得意なことを磨き上げれば、「できないことがあっても良い」と考えました。もちろん、苦手なことに対する努力を一切しなくて良いということではありませんが、「苦手なことを克服する作業」ではなく、「得意なことを伸ばす活動」へと考え方を変えたのです。

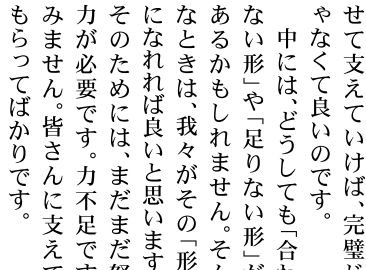
誰にだって、これだけ負けない、負けたくないというものがあつたとき、それがその人の強さになります。それぞれの強さを合わせれば、とても大きな力になり、それが誰かのためになったとき、こんなに嬉しいことはありません。それぞれの得意な形と「苦手な形」を上手に合わせ

せて支えていけば、完璧じゃなくて良いのです。中には、どうしても「合わない形」や「足りない形」があるかもしれません。そんなときは、我々がその「形」になれば良いと思います。そのためには、まだまだ努力が必要です。力不足ですみません。皆さんに支えてもらつてばかりです。

しかし、諦めることだけではありません。それだけは負けたくありません。来年、2020年1月号の「とむての森通信」のすてっぷ欄のタイトルは「働くこと」を楽しみ合う2020年」と決めています。だから、今年もどうぞ、どうか就労支援事業所「すてっぷ」とタフなお付き合いをお願いします。

楽しんでいければ、完璧じゃない形や「足りない形」があるかもしれません。そんなときは、我々がその「形」になれば良いと思います。そのためには、まだまだ努力が必要です。力不足ですみません。皆さんに支えてもらつてばかりです。

© 藤岡龍義 (studio BREMEN)



© 藤岡龍義 (studio BREMEN)

## 「働くこと」を支え合う 2019年

●就労支援事業所すてっぷ 文/ 井上涼太



放課後等デイサービス事業所ほっくる 02月 予定表

*	*	(月) MON	*	(火) TUE	*	(水) WED	*	(木) THU	1	(金) FRI	2
(日) sun		*		*		*		*		1	2
休み										節分・恵方巻を作ろう (100円)	(土) sat
3	4	(月) MON	5	(火) TUE	6	(水) WED	7	(木) THU	8	(金) FRI	9
(日) sun		SST		お掃除除雪		お茶会準備		バレンタインを渡す人に手紙を書こう 何をあげるか考えよう		体幹運動・そり ※暖かい服装をお願いします。	(土) sat
休み											休み
10	11	(祝) MON	12	(火) TUE	13	(水) WED	14	(木) THU	15	(金) FRI	16
(日) sun		お休み		体幹運動・そり ※暖かい服装をお願いします。		お茶会準備		バレンタイン ※別途200~300円程度がかかります。		SST	(土) sat
休み											休み
17	18	(月) MON	19	(火) TUE	20	(水) WED	21	(木) THU	22	(金) FRI	23
(日) sun		次週やるものを考えよう!		SST		お茶会準備		体幹運動・そり ※暖かい服装をお願いします。		カラオケ ※別途500円程度ご用意ください。	(土) sat
休み											休み
24	25	(月) MON	26	(火) TUE	27	(水) WED	28	(木) THU	*	.	*
(日) sun		考えたものを作ってみよう! ※別途200~300円程度がかかります。		おつかい (おつかいのメモと金額をご用意下さい)		お茶会		SST			(土) sat
休み											休み



TOPICS ● NEW-YEAR 2019

## 『抱負』

●放課後等デイサービス事業所ほっくる あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願い申し上げます。みなさんどんな新年を迎えたいでしょうか？新年と言えばみなさん色々な物を想像すると思いますが、わたくしは今年の『抱負』を決めたいと思います。去年実行するはずだったお小遣い前借の返済です(泣)。決められたお小遣いを計画的に活用できずにだらしく使



ってきた「ツケ」を返すのが目標です。子ども達にお小遣い帳の書き方などを説明したりしている立場なのに情けない。みなさんも色々今年の抱負や決意を決めた事と思います。頑張り過ぎずに実行していきましょう。何はともあれ今年も子ども達や皆さんにとって良い年になりますように願っています。寒い季節なので健康には十分気をつけましょう。 文/ 差波敏彦

新年あけましておめでとうございます。皆さん、年末年始はゆつくりと静養でできたでしょうか？

昨年はサンクスパーティーやクラウドファンディングを通じて、「なみきハウス」設立にご協力を頂き、本当にありがとうございました。おかげさまで、新たな事業所として「なみきハウス」をオープンさせる事が出来ました。「なみきハウス」では、通所している利用者さん達が「親なき後」も地域で暮らし続けられるように、将来を見据えた生活訓練を行っています。「洗顔や歯磨き」等、当初は「形だけ」のセルフケアをしていた利用者さん達も、繰り返し練習を行い習慣化をする事で、少しずつ一人で



できる活動が増えてきたように思います。

今年生活訓練メニューのさらなる充実や、新たな取り組みとして「歩くスキー」を行い冬期間の体力づくりを目指していきます。平成最後の今年は亥年です。亥猪は、一直線に突き進む動物である事から、「勇気と冒険」の象徴と言われています。

© 鈴木徹介 (Illustration by BREMEN)



TOPICS ● NEW-YEAR 2019

## 小さな一歩を 踏み出す 勇気を全力で サポートする

●生活支援事業所ほっぷ  
文/ 近井 修

私たち「なみきハウス」のスタッフ一同、通所して利用される皆さん達が、人生の主人公として小さな一歩を踏み出す勇気や、新しい事を始める冒険の旅へ出かけられるようなサポートを全力でしていきたいと思えます。本年もどうぞよろしくお願ひ致します。



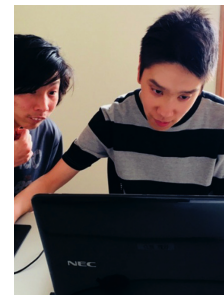
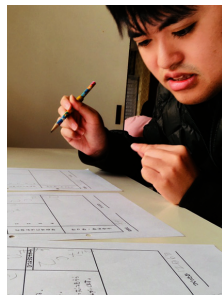
みんなの畑  
こんね  
TOMUTE'S SOYBEAN PROJECT

【大豆PROJECT】

### この春、商品化に向けて準備進行中。

大豆プロジェクトには欠かせない原料の大豆。昨年は植えつけ時の長雨、花が咲く時期の低温、そして台風など自然災害の多い年となり全体の収量は思ったほど採れませんでした。毎年同じようにたくさんは採れない。「収穫してみないとわからない…」、「落ち込んではいられない…」、「だから農業はおもしろい。」と気持ちを入れ替えて来年度も頑張りたいと思います。

昨年、「もったいない」から始まった大豆プロジェクト。このプロジェクトは、たくさんの人と出会い、たくさんの人の協力があって今があります。11月末から三日間、大阪方面へ研修に行ってきました。実際に見て聞いてたくさんの良い刺激を受け、とても内容の濃い三日間となりました。本当に感謝感謝です。一人では難しい事も皆の力が集まって大きな力となっています。そんな想いの詰まった製品をカタチに出来るよう今後でも取り組んでいきたいと思えます。文/ 佐藤千鶴子



### ●みんなの畑こんね

新年明けましておめでとうございます。今年もみんなの畑こんねをどうぞよろしくお願い致します。今年は「亥(いのし)年」です。猪の肉は不思議な事に万病を予防するなどと言われていいます。無病息災の象徴とされていて、「田の神・作物の神」などの意味合いもあるそうです。食べた事がないので食べてみたい気もしますが…。冬の間のこんねメンバーは、体力作りの為ウォー

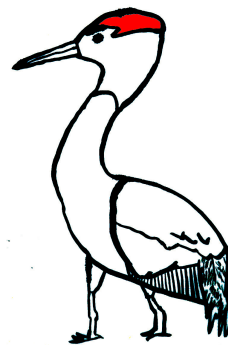
キングをしたり、雪が降れば除雪作業をしたり、それ以外はなみきハウス内で豆取りや豆の選別作業をおこなっています。なので夏に比べるとかなりゆったりと過ごしています。豆取りと言っても大豆だけではなく花豆のように大きな豆もあります。大きな豆は児童期の子供達にもお願いして、とむての森皆で取り組んでいます。文/ 佐藤千鶴子



●移動支援事業所「とろっこ」 文/ 山川圭一

毎年のことですが、新たな年をひとつ迎えるごとに、「今年はどんなことがあるのかなあ。」と期待と不安があり、その一つ一つが利用者さんや自分の成長の糧になると思いながら過ごしています。2019年はみなさんにとって、良き年になりますように祈っています。

1月の移動支援ですが、個々の活動内容は大きく変わっていませんが、利用者さんはお正月明けということもあるのか、どこかふわふわした様子。「お正月は〇〇行ったよ!」「〇〇たべたよー」などスタッフに笑顔で報告してくれています。今年も利用者さんには小さな目標をたててもらい、どんどん達成できるようにお手伝いしていきますので、今年もよろしくお祈りします。



© 藤岡龍義 (studio BREMEN)

TOPICS ● NEW-YEAR 2019  
新元号になるので、初〇〇が町中で溢れ出すはずW

Facebookに不定期に活動の様子をUPしていますので、ぜひご覧ください。【お願い】気温が低下しておりますので、汗をかく支援の時はタオルのご用意をお願いします。支援に関しまして日時・時間などの変更がありましたら、お早めにご連絡をいただけますようお願い申し上げます。



XとYが変わった時

文/ 伊藤栄一



studio BREMENのLINEが誕生しました。  
LINE ID: @ypd0690r

新商品、展示会など新しい情報を先行配信いたします。  
創作活動に参加希望の方やアトリエ見学をご希望の方は studio-bremen@tomute.org

昨年末はカレンダーや年賀状などのアイテムをご注文いただき誠にありがとうございました。2019年も次のアイデアを求め、生まれてくる作品を見ながら新たな企画を練っていきたいと思いますので楽しみにお待ち下さい。ありがたいことに年末から大忙しで色々な作業が詰まって来ました。芸術関係の活動は通常より半年ズレて本格的に事業が始まります。2018年DIVERSITY IN THE ARTSに出品したのを期に様々な展示会への出品や展示会などの企画が動き出しています。現在、依頼のあった3つの展示企画に蛭子陽太さん、鈴木僚介さん、清尾あかりさん、宮林聡太さんの4名が作品をたくさん出品していて、開催場所は道内に留まりません。



展示関係の第1弾は、1月14～16日に札幌のチカホ(地下歩行空間)で色々な法人の方達と一緒に展示販売会を開催。2月11～17日には、またまた札幌。大丸藤井セントラルのスカイホールで同じく展示販売会第2弾を開催します。プレーメンのアトリエ取蔵庫は日に日

に作品の高が増し、今年で部屋が満杯になってしまいます。ですから、1月と2月の展示販売会では一部の作品を除き、破格のお値段で販売をします。両会期とも物販などもありますので、皆様お誘い合わせの上でご来場ください。



2018年からアーティスト上村隆輔さんが元号が変わることをきっかけに1日中「人生の終わり」について手当たり次第にスタッフを捕まえ、100歳の時自分や家族、周りの人がどうなっているのか、死ぬ時は苦しく、痛いのかなど同じことを3ヶ月間、毎日毎日聞いている。私はスタッフを呼び止めるために必死で走っている彼を初めて見た。びっくりした。しかも意外と早い。彼が走ったことに少し感動したくらいだ。この時期、彼は大好きな創作も手が付かなく、1日に10枚とか仕上げていたのに、最近では1枚くらいしか完成しない日が多かった。この問題も年末には終息に向かい始めた。彼の心配事は「墓」だ。自分が入る墓はどこにあるのか。

家族と同じ墓に入るのもいいが、今は自分だけの墓も欲しいらしい。そう、プレーメンには墓を造るアーティスト乾夏樹さんがいる。そこで本人の意向を伝えるために2人で乾さんのところへ行き、墓のイメージを一緒に伝え、制作



契約が成立した。何だか不思議な共存。普段話すことの少ない二人が、この時だけ真剣に話し込み、お互いのイメージを共有していた。彼の必死な訴えに乾氏が応えようとしている。XとYの交点を現実世界で目の当たりにした瞬間だ。次はいつ交わるのだろうか。上村さんはバス通勤。もし、段ボールで出来た墓を持った人がバスに乗っていたり、街を歩いていたりしたら見守ってあげて欲しい。乾氏は墓を絶対に血糊でグロくするつもりだ。何としてもそれは阻止したい。「血=死ぬ時痛い」となり、100年間問題シーズン2がスタッフの予定よりも大分早く始まってしまう。こんなに早く再放送はしない。それは是が非でも避けたいのだ。

国産牛のタンを  
丸ごと自家製のデミグラスソースで  
じっくり丁寧に煮込みました。  
厚切りのタンはホロホロでトロトロ。  
鉄板の熱で焼けた部分は香ばしくて、  
二度異なる食感を楽しむことができる  
厳しい寒さの日にホッとする  
一品です



冬季限定メニュー

ローフ特製牛タンシチュー

※調理に多少お時間をいただく場合がございます。  
※付け合わせの野菜は仕入れ状況により異なります。



タカスケさんから皆さんへクリスマスプレゼントのピザトースト。お星様と秘密のプレゼントが隠されていた人気のアイテムです。

新商品・特典イベント等、お得でタイムリーな情報を配信します。  
LOAFはLINEを始めました LINE ID:cud5860t



TOPICS ● NEW-YEAR 2019

『新年』



©馬淵祐輝 (www.BREMEN)

●ベーカリーカフェローフ

新年を迎え、みなさんはどんな抱負や目標を立てたでしょうか？今年も健康に気をつけ、元気に笑顔で過ごしたいですね。先月はクリスマスオードブル・ローストチキン・ピザのご注文をたくさんいただきありがとうございました。今回はいかがでしたでしょうか？喜ばれる物を作るために、ご意見ご要望

をお聞かせいただければありがたいです。ローフで作業するメンバーさんの新しい事へのチャレンジも考え、支えていきたいと思えます。できる事を増やし、それぞれが自信を持って作業していけるといいなと思えます。今はインフルエンザや雪での悪天候が心配な時期でもあります。体調管理など気をつけましょう。みんなと協力し、元気にまた1年がんばっていきたいと思えますので、よろしく願います。  
文/ 佐藤美保



●日中一時支援事業所つくしんぼ

明けましておめでとうございます。新年、どんなお正月を過ごされましたか？初詣やおせち料理、年賀

状にお年玉・・・お正月は美味しい楽しいが沢山ありましたね。

今年も「日中一時支援つくしんぼ」は元気に活動中！

冬休みから始まった「お手伝い！〜ツクをもらおう〜」も元気に楽しく活動しています。(詳しくはフェイスブックにてご確認下さい☆)ハウス内のお手伝いを中心に色々な作業や体験をして欲しいです。2019年も子どもたちの笑顔や成長を楽しみに過ごしていきたいと思えます。文/成田加奈絵



●ホームヘルプサービス事業所どんぐり

明けましておめでとうございます。今年もよろしくお願い致します。平成の時代が終わって、5月のゴ

ールデンウィークの頃には、新しい年号になっていると思えます。2019年がスタートして、今年は何んな年になるのか楽しみです。利用者さんと共に色々なことに、挑戦して、笑顔や成長した姿をいっぱい見れるような1年になればと思えます。自分自身、利用者さんにとって一番良い支援は何かを常に心にとめて、日々学び、研鑽する1年にしていきたいと思えます。皆さんにとって、2019年が良い年でありますように祈ってます。



© 乾夏樹 (studio-DREMEN)

# ほどよく力を抜くこと

文/豊嶋泰輔

## ●放課後等デイサービス事業所の一む

個人的な目標です。2019年は「力を抜く」。「手を抜く」ではありません。昨年中は変に空回りすることがありました。いろいろな人から「肩に力入ってない?」「リラックス、リラックス!」と声をかけられることも多くありました。今振り返ると、余計な緊張だったなあと思います。放課後、子どもたちが事業所に集まり、ちょっと落ち着きたい、楽しみたいところで、一番慌ただしく動き、表情が強張っていたのが僕でした。まったく良くありません。あいさつをして、足を伸ばし、一緒に遊んで、お話をして、笑い合っ、お菓子を食べて、「またね」とお家に帰っていく…。まずは僕からほどよく力を抜いて、子どもたちが「また来たいな」「帰ってきたいな」と感じられるほくおうハウスにしていきたいと思います。また、たくさんの人と関わり、僕自身成長できたらそれに越したことはありません。皆さん、ほくおうハウスで待ってます。今年もどうぞよろしくお祈りします。



## 放課後等 デイサービス の〜む

# 02月

放課後等デイサービス事業所の〜む  
毎週日曜日はお休みです。

* (日) sun	* (月) MON	* (火) TUE	* (水) WED	* (木) THU	1 (金) FRI	2 (土) SAT
休み	*	*	*	*	節分・豆まき (100円)	午前:室内活動 午後:DVD鑑賞
3 (日) sun	4 (月) MON	5 (火) TUE	6 (水) WED	7 (木) THU	8 (金) FRI	9 (土) SAT
休み	お買い物ごっこ (50円)	箸組み競争 (節分バージョン)	カラーセロハンで遊ぼう! (50円)	雪遊び	粘土遊び	午前:室内活動 午後:DVD鑑賞
10 (日) sun	11 (祝) MON	12 (火) TUE	13 (水) WED	14 (木) THU	15 (金) FRI	16 (土) SAT
休み	お休み	雪遊び	間違い探し	バレンタイン (100円)	来週の料理の買い物に行こう	午前:室内活動 午後:DVD鑑賞
17 (日) sun	18 (月) MON	19 (火) TUE	20 (水) WED	21 (木) THU	22 (金) FRI	23 (土) SAT
休み	おつかいに行こう <small>※おつかいのメモと金額をご用意下さい</small>	お誕生日会 (100円)	雪遊び	実験	ホットケーキ (100円)	午前:室内活動 午後:DVD鑑賞
24 (日) sun	25 (月) MON	26 (火) TUE	27 (水) WED	28 (木) THU	*	*
休み	カーリングゲーム	貼る! 着せ替え遊び	温かい飲み物を作ってみよう (ココアorホットティー) (50円)	ペーパーサート	*	*

## topics



### 贈呈式

12月6日、北見市総合福祉会館にて北海道コカ・コーラボトリング株式会社様より沢山のジュースを頂きました。クリスマス会で美味しくいただきました。ありがとうございます。文/小栗直基・成田加奈絵



### 積極的に広報を行うために 広報情報委員会 委員長 | 小栗直基

11月21日(水)『広報について』をテーマとし、広報とはいったい何なのか?、SNS (Facebook) の使い方や裏技、SNSにのせる写真の上手な撮り方、実際に写真を撮ってみよう等の内容で研修会を行いました。今回の研修では、広報の重要性を知ってもらい、広報をみんなが積極的に行ってほしいと考え、開催しました。この研修会をきっかけに更なる広報活動をしてくれることを望んでいます。



## 2019年がスタート!

### ●放課後等デイサービス事業所にんぐる

© 小久保佳奈子 (studio-DREMEN)

新年を迎え気持ちも新たに、にんぐるでの活動がスタートしました。年末・年始のご家庭での出来事・お正月のご馳走をたくさん食べたことなど、いろいろなお話を聞かせてもらいながら、楽しいお正月を迎えられて良かったなあと感じました。子ども達にとって今年は

どんな1年になるんだろう。私自身にとっても今年はどんな1年になるんだろう。たくさんの期待と少々不安?を胸に、子ども達にとってより良い1年になるよう、また少しでも子ども達の成長のお手伝いができるよう、今年も頑張りたいと思います。文/寺澤絵奈



## 放課後等 デイサービス にんぐる

# 02月



* (日) sun	* (月) MON	* (火) TUE	* (水) WED	* (木) THU	1 (金) FRI	2 (土) SAT
休み	*	*	*	*	節分 (100円)	休み
3 (日) sun	4 (月) MON	5 (火) TUE	6 (水) WED	7 (木) THU	8 (金) FRI	9 (土) SAT
休み	お買い物ごっこ (50円)	読み聞かせ	フルーチェ (50円)	ボーリング	チョコバナナ (50円)	休み
10 (日) sun	11 (祝) MON	12 (火) TUE	13 (水) WED	14 (木) THU	15 (金) FRI	16 (土) SAT
休み	DVD鑑賞	お掃除体験	多数決ゲーム	バレンタインデー (100円)	雪で遊ぼう!	休み
17 (日) sun	18 (月) MON	19 (火) TUE	20 (水) WED	21 (木) THU	22 (金) FRI	23 (土) SAT
休み	洗濯ばさみで遊ぼう	シール貼り	ボール遊び	お誕生日会 (100円)	DVD鑑賞	休み
24 (日) sun	25 (月) MON	26 (火) TUE	27 (水) WED	28 (木) THU	*	*
休み	[好きな方を選ぶ] 工作 (50円)	[好きな方を選ぶ] 料理 (100円)	[好きな方を選ぶ] ゲーム	[好きな方を選ぶ] 運動	*	休み

放課後等デイサービス事業所にんぐる毎週土・日曜日はお休みです。



**「親子でクリスマスクッキング×生産者」が開催**  
 ●協働事業推進委員会 委員長 | 中島計樹

12月9日(日)オホーツク社会福祉専門学校にて、「親子でクリスマスクッキング×生産者」が開催されました。前回より定員・募集対象を変え、市内支援学級の小学校1年生から中学校3年生までを募集し、もち米ピラフのローストチキン・クリスマスリース風サラダ・クリスマスケーキ・スープパスタを作りました。前回同様、もち米ピラフのローストチキンのもち米は、J Aきたみら

いさんご協力の元、北見市のもち米生産者 仲山さんをお招きし、もち米を作る過程・収穫時期・お米ともち米の違いについて等お話を聞き、仲山さんが作ったもち米を使っでの調理を楽しみました。調理の講師は、野菜ソムリエの森川寿恵さんをお招きし、おいしく食べられる調理法を教えてくださいました。また、オホーツク社会福祉専門学校さんより、ボランティアさん5名にも調理のお手伝いや、

**たすけあいのまちづくり**

参加者さんのサポートのご協力をいただきました。6組計15名の参加者さんにお集まりいただきました。調理中の子ども達の真剣な表情や、食べている時の満面の笑み等、参加者さんとても楽しく活動して頂けたかと思えます。今回、ご協力いただいた、J Aきたみらいさん・もち米生産者の仲山さん・お料理講師 森川さん、本当にありがとうございました。



**スタッフ研修会を実施しました。**  
 ●事務局

毎年、定期的に全スタッフ研修会を実施していますが、11月28日に実施した研修は「ABA実践報告」と「疑似体験をしてみよう」でした。

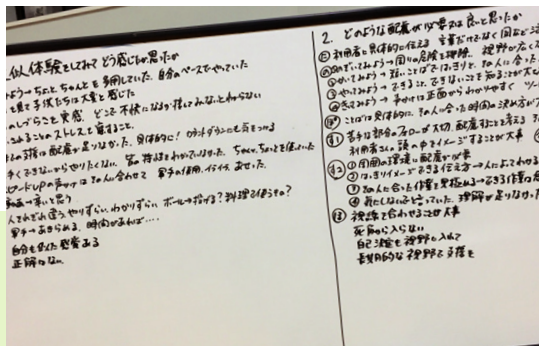
**【ABA実践報告】**

2つの事業所がABAの実践事例報告を行いました。絵カードやタイマーの活用等、スタッフの頑張りが

伝わってくるもので、確実に成果を上げている結果報告が、それを証明していました。

**【疑似体験をしてみよう】**

障がいのある方の戸惑い、困り感などを少しでも理解したいという思いから、様々な疑似体験を行いました。研修レポート報告では、多くのス



誰もが地域であたりまえに暮らせるために

スタッフから日頃の自分たちの支援の仕方や対応についての反省の言葉があり、利用者さんの立場に立った支援の大切さを再認識する機会となりました。

これからも有意義な研修会を実施していかなければとの思いを強くしたスタッフ研修会でした。



©白石貴喜 (studio BREMEN)

ことばつむぎ  
VOL.08

**「始まりのうた」**

| 文 | 井上涼太

色合い 新たに あいうえお  
 (いろあい あらたに あいうえお)

稲積む 猪 初茜  
 (いねつむ いのしし はつあかね)

汗かき べそかき かきくけこ  
 (あせかき べそかき かきくけこ)

寿ぐ 書初 壁に掛け  
 (ことほぐ かきぞめ かべにかけ)

眼差し しっかり さしすせそ  
 (まなざし しっかり さしすせそ)

差し込む 恩光 深々と  
 (さしこむ おんこう しんしんと)

月立ち 佇む たちつと  
 (つきたち たたずむ たちつと)

手と手を 取りあい 旅に立つ  
 (てとてを とりあい たびにたつ)

よしなに 色塗り なにぬねの  
 (よしなに いろぬり なにぬねの)

野を越え 根を張り 何を見る  
 (のをこえ ねをはり なにをみる)

成り合ひ ふわふわ はひふへほ  
 (なりあい ふわふわ はひふへほ)

再び ひとつに 羽広げ  
 (ふたたび ひとつに はねひろげ)

森の木 見上げて まみむめも  
 (もりのき みあげて まみむめも)

迷えば 昔の 道標  
 (まよえば むかしの みちしるべ)

雪降り 優しく やいゆえよ  
 (ゆきふり やさしく やいゆえよ)

ゆっくり 行く路 よろしくと  
 (ゆっくり ゆくみち よろしくと)

ひんやり キラキラ らりるれろ  
 (ひんやり きらきら らりるれろ)

カンテラ 照らした 未来図は  
 (かんでら てらした みらいずは)

わいわい わくわく わるうゑを  
 (わいわい わくわく わるうゑを)

私と あなたの 365  
 (わたしと あなたの さんろくご)

# 年の初めは・・・

文 | 弓山祐子



©小久保 佳奈子 (studio DREMEN)

新しい年号は何だろうね～？という話題で2019年がスタートしました。

昔、「明治、大正、昭和」と生きた祖母の家に遊びに行くと、五右衛門風呂や馬ソリがまだ残っ

ていて、小さいながらも遠い昔の暮らしを思い描いては、何となく大変だな～というよりも、ワクワク感に似た不思議な気持ちだったことを思い出します。

さて、「昭和、平成、○○？」と生きることになった私は・・・これからの子供たちに、「石炭やコークスを使ったストーブがあってね」って言っても「電話には線が付いていたんだよ」

・・・なんて言っても？？？な顔をされてしまうのだろうけど、大変だったんだあって思うよりも、やっぱりワクワクと好奇心いっぱいのキラキラした目をして、はるか遠い昔を想像しながら話を聴いてほしいな～なんて・・・あ～年だなあ～！！

## 誰もが地域で あたりまえに暮らせるために



平成30年度  
新入会員様  
(12/15現在)



会員(議決権なし/寄付金あり)

後藤 優志 様

松田 正子 様

外岡 良一 様



会員(議決権なし/寄付金なし)

尾形 奈緒美 様



今月もみなさまから寄贈をいただきました。  
ご協力に感謝しています。ありがとうございます。

(11/16～12/15現在)

- ローソンひかり野店 様  
・牛乳パック
- 田村 航 様  
・じゃがいも
- 茗荷 昭子 様  
・アルミ缶・牛乳パック・ボトルキャップ
- 税理士法人みらいパートナーズ北見 様  
・みかん ・りんご

- 亀田 祐美子 様  
・アルミ缶
- 村田 英子 様  
・アルミ缶
- 瀬口 春華 様  
・トイレットペーパー・ティッシュペーパー・毛布・布
- (株)シバヤマ電器 様  
・コーヒーセット

- 馬淵 由美 様  
・アルミ缶・ボトルキャップ・トイレットペーパー
- 柴山 ひみ子 様  
・アルミ缶 ・カセットボンベ
- 本田 千鶴子 様  
・アルミ缶
- 乾 夏樹 様  
・トイレットペーパー
- 中川 徳子 様  
・玉ねぎ・ジャガイモ・大根・牛乳パック
- 斉藤 美知代 様  
・お菓子

- かがやきの里5・6号館 様  
・牛乳パック
- 西川 涼太 様  
・アルミ缶 ・トイレットペーパー
- 田中 真由 様  
・アルミ缶
- 中村 洋子 様  
・アルミ缶・ブロック・パズル
- 白石 由美 様  
・魚
- 牧野 温子 様  
・トイレットペーパー・ティッシュペーパー・クラフト紙

【本部事務局よりお願い】 とむての森は日頃より皆様から頂く寄贈品の数々に、本当に助けられています。心から感謝申し上げます。本年度になってから利用者さんが増えてきたこともあり、トイレットペーパーが不足する事態となっております。よろしくお願いたします。

寄贈の  
お願いです!!

### 児童課で下記の玩具を探してます

- 4～5歳児対象の知育玩具
  - プラレール等の動く玩具
  - カルタなどのカードゲーム
  - 大きめのブロック etc
- ご家庭で不要になったものがありましたら、よろしくお願いたします。

### 古いタオルやシーツをお願いします

法人で使用するウエスが不足しています。古いタオルやシーツなどの寄付をよろしくお願いたします。



筆、美術教科書、美術図鑑、動物(生き物)・植物・乗り物・世界遺産などの図鑑や写真集、カラーボールペン、カラー筆ペンがございましたら、寄贈お願いたします。

いつもトイレットペーパー・ティッシュペーパー・タオル等のご寄付をいただき、ありがとうございます。引き続きどうぞよろしくお願いたします。

## 夢の貯金箱

わたしたちは日本財団「夢の貯金箱」を  
応援しています。



●日本財団様が運営している「夢の貯金箱」は、みなさんの「夢」を集めて大きくし、本当に支援を必要としている人たちに届ける貯金箱です。とむての森では本部隣のペーカリーカフェ ロープ前に「夢の自動販売機」を設置しています。この自動販売機で飲み物を購入すると、1本につき10円が夢の貯金箱に寄付される仕組みとなっています。近くにお越しの際は、ぜひご協力をお願いいたします。



●とむての森はイオン北海道(株)イオン北見店様の「イオン・デー」に実施されている「イオン幸せの黄色いレシートキャンペーン」に登録をさせていただいています。毎月11日は「イオン・デー」です。イオンで買い物をして、黄色いレシートを「とむての森」のBOXに入れてください。よろしくお願いたします。

### ●会員募集

私たちは皆様のご協力  
で福祉活動を行っています。

- ・とむての森のサービスを利用してみたい方。
- ・ヘルパーの仕事をしてみたい方。
- ・応援して下さる方

- 正会員 7,000円/年 (総会議決権あり)
  - 会員 2,000円/年 (総会議決権なし)
  - ボランティア 2,000円/年 (総会議決権なし)
  - 賛助会員 一口 3,000円/年 (総会議決権なし)
- ※詳しくはお問い合わせ下さい

### ●苦情対応担当スタッフ

- \* 就労支援事業所「すてっぷ」 荒谷 晴日
- \* 生活支援事業所「ほっぷ」 近井 修
- \* ホームヘルプサービス事業所「どんぐり」 高橋 治仁

- \* 移動支援事業所「とろっこ」 山川 圭一
- \* 放課後等デイサービス事業所「にんぐる」 寺澤 絵奈
- \* 放課後等デイサービス事業所「のーむ」 中島 計樹

- \* 放課後等デイサービス事業所「ぼっくる」 青山 尚実
- \* 日中一時支援事業所「つくしんぼ」 小栗 直基
- \* 相談支援事業所「りーふ」 吉野 友美



TOMUTE NO MORI NETWORK

### ●ふれあい@とむてホーム

北海道北見市公園町166番25  
電話/0157-32-8715 FAX/0157-32-8716  
MAIL tomute-m.agate@docomo.ne.jp  
携帯 080-1892-4918

- ・本部
- ・ホームヘルプサービス事業所「どんぐり」
- ・移動支援事業所「とろっこ」
- ・就労支援事業所「すてっぷ」
- ・ふれあいホーム「のびのび」1号館
- ・地域たすけあい&とむてサロン「きっしゅ」

### ●ふれあい@あったかホーム

北海道北見市公園町166番29  
電話/0157-32-8715 FAX/0157-32-8716  
・ペーカリーカフェ ロープ studioプレーメン  
・ふれあいホーム「のびのび」2号館

### ●ほくおうハウス

北海道北見市北央町90番地8  
電話/FAX.0157-24-8003  
・放課後等デイサービス事業所「のーむ」

### ●ふれあい@しゅんこうハウス

北海道北見市春光町1丁目24-9  
電話/0157-32-8715 FAX/0157-32-8716  
・日中一時支援事業所「つくしんぼ」  
・ふれあいホーム「のびのび」3号館

### ●オレンジスタジオ

北海道北見市寿町1丁目6番20号  
電話/FAX.0157-32-8715  
・放課後等デイサービス事業所「ぼっくる」

### ●こうえんハウス

北海道北見市公園町137番48  
電話/FAX.0157-22-8771  
・放課後等デイサービス事業所「にんぐる」  
・相談支援事業所「りーふ」

### ●なみきハウス

北海道北見市並木町510番地14  
電話/FAX.0157-33-1645  
・生活支援事業所「ほっぷ」

