

# TOMUTE MAGAZINE

誰もが地域で  
あたりまえに  
暮らせるために

2022 May

206



photograph

放課後等ディサービス事業所「のーむ」

新聞あそび

090-0015 北見市公園町166-25 <https://tomutrenomori.or.jp>

会員の皆さまや、さまざまなお力添えを頂いている皆さまにとむての森を代表して感謝とお礼を申し上げます。本当にありがとうございます。さて、新型コロナウイルス感染症が再び拡大しています。オホーツク管内でもこの文章を書いている4月14日の時点では159人と過去最大の感染者数を2日続けて更新する状況で、北見市内の感染も多い状況です。身近な方が感染されることも増えてきました。なんとか現在のところ、とむての森関係での感染拡大には至っていませんが、引き続き注意が必要です。さまざまな考え方や捉え方がありますが、マスクの着用徹底や同居家族以外との会食を控えるなど、必要な取り組みを重ねてとにかく乗り切って参りましょう。また、可能な方はワクチン接種を出来るだけお願いしたいと思います。これだけ対策を重ねた結果、インフルエンザなどに罹患者の方は減っている状況がありますが、新型コロナウイルス感染症への感染は減っていないという事実を見る限り、感染力の非常に高いウイルスが弱毒化する、あるいは治療薬が確立されるまでは、引き続き凡事徹底を柱とした感染拡大防止対策が必要な状況だと考えます。引き続きの理解とご協力をいただきますよう改めてお願ひ申し上げます。



代表理事  
**平賀貴幸**

特定非営利活動法人 とむての森

たくさんの  
ありがとうを  
伝えたい

I Want To Say  
A Lot Of  
THANKS



ライオンズクラブ国際協会 第5R 第22  
北見中央ライオンズクラブ  
の会員の皆様

毎年会員の皆様より温かいお気持ちを頂いていることへの感謝の気持ちを込めてご挨拶させていただきました。会員の皆様からいただいた寄付金や寄贈品は、それぞれの事業所で、利用者さんたちのために、大切に使わせていただきます。心より感謝申し上げます。ありがとうございました。



つぶやき  
**My Mutter**

ホームヘルプサービス事業所「どんぐり」

鹿野 杏介 がお話しします。

私が先生に出会ったのは、まだ私が20代のある夏の日だった。

網走の火祭りに出る事になった私は、昔からその祭りで火付けの儀式を行っている先生に話を伺いに行った。買ったばかりのお気に入りの鳥打帽をかぶり、手土産のクッキーをぶら下げてふらりと先生の家に行った日、先生はベレー帽を斜めにかぶり、木くずのついたエプロンをつけてノミを振るっていた。先生は彫刻家だった。その日以来、私は時折先生に会いに行くのが習慣になった。ベレー帽を斜めに被った先生と、鳥打を阿弥陀に被った私は、沢山の事を語り合った。先生は、若かった頃の沢山の出逢いの想い出を、私は最近会った事とこれからの出逢いの希望を。先生は、私の青臭いつまらない話をいつも笑顔で聞いてくれた。ある日先生の家を訪れると、いつものベレー帽を被っていない先生がいた。出先で失くしてしまったと言う先生の頭は少し寂しそうだった。私は先生に新しいベレー帽を贈った。アルパカの毛で織ったワインレッドのベレー帽。先生はとても喜んでくれた。

しかし、そのベレー帽を被った先生を見る機会はあまりなかった。暫く忙しくしており、久々に訪ねると先生はもう居なかった。末期の肺癌だった。いつか私が年をとった時、私のもとにもだれか若者が訪ねて来る事があるだろうか？くたびれた鳥打を被った私のもとに来る若者はどんな帽子を被っているだろう？訪ねてきた若者に私は、先生との想い出や、こことむての森での出逢いの話を、沢山話したいと思う。



## Imitate And Be Imitated 真似て、真似られ。

ベーカリーカフェ LOAF 文：戸井田修一



新年度が始まり、すてっぷには新メンバーのKさんが加入し、4月1日にサロンにて辞令交付式を行いました。就労訓練課課長から辞令を手渡され、緊張した様子で受け取っていましたが、3年間実習に来ていたこともあり、先輩利用者さんやスタッフとはすぐに和気あいあいと過ごし始めることができ、ほっとしています。パン工場のピザ作り当番では、生地を丸めて伸ばし、自分で選んだソースと具をトッピングしあいしそうに焼き上げ、この笑顔！！（実際に「会報に載せる写真撮つていい？」と聞くとニコッ！！として「こんな感じでいいですか～？」と映える表情をしてくれました。ユニークなKさんです）今まで、すてっぷ在籍歴が短かった利用者さん達も先輩となり、優しく指導したり、心なしか表情も凜々しく頼りがいが出てきたように感じます。この間まで教えられる立場だったのに・・・と先輩たちの成長を感じられるのもこの時期ならではの楽しみです。

※新年度から、活動日誌をメモ帳型の連絡ノートに変更させていただきました。事業所からの連絡事項を書いて持ち帰りますので、確認をお願いいたします。また、ご家庭からの連絡事項等がありましたらご記入をお願いします。

これから徐々に暑くなっている気配を感じさせる新緑の季節です。暦では5月6日頃が立夏となっていて文字通り夏の始まり。旬の野菜は山菜やアスパラなど美味しい食べ物が増えてくる時期になりました。畑作業で育てているトマトの旬はみんな覚えているようですが他の野菜はなんとなく雰囲気で判断しているようです。メンバーさん達が作るサンドイッチは日々種類を増やしていく、あんバーターサンドのようなヒット商品が増えているを楽しみにしています。みんなが作りたくなるようなものが沢山増えているんですね。最近のシフォンケーキ作りなどは慣れている先輩達が後輩達に教えるような形をとって作業しています。自分の言いたいことを伝えるためにはどう話したらいいか？話しかけ・伝え方は難しいことですが、少しずつ経験してできるようになっていってほしいと思います。新人さんは今いるメンバーさんを見て判断することもあります。メンバーさん達はスタッフを見て判断することがあります。言葉遣いや普段の様子など、みんなの悪いお手本にならないように気を引き締めていこうと思います。



## NEWCOMERS and SENIORS 新人と先輩

就労支援事業所「すてっぷ」文：田中ちえみ

### 新規メンバー 支援スタッフ 募集中

見学は予めご予約ください。



## 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ベーカリーカフェ LOAF 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。お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「イオン幸せい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に入れてくださいね。よろしくお願いいたします。

## 会員募集 私たち皆様のご協力で 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
- ・ヘルパーのお仕事をしてみたい方
- ・応援してくださる方
- 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、お問い合わせください。



## Rights And Obligations

## 権利と義務

放課後等デイサービス事業所「ぽっくる」  
文：田中豪樹

5月と言えば、ゴールデンウイークですね。昭和の日から始まって子どもの日までの約1週間もある大型連休！！とむての利用者さん（成人さんや子ども達も）みんなが嬉しそうにしているアレです。今は「やった～休みだ～」などと利用者さん達と同じように、むしろそれ以上になどとウキウキしていますが、子どもの頃はあまり好きではなかったのです。なぜなら、実家が自営業ということもあり、子どもの頃はゴールデンウイークやお休みの日に出掛けた事が全っつたく無かったからです。それから数十年、親となった今はというと「どこに行こうかな～」



と息子より楽しめにしている父親がここにいます。よく親だから出かけないといけないと言われる事もあるかと思いますが違います。息子と楽しむのは父親である権利なのです。大事なのでもう一度、そう権利があるのです。例え息子にウザがられたり、泣かれたり、奥さんに怒られたとしても、こちらには楽しむ権利があります。義務ではないですよ。○○しなくちゃではなく、○○をしてもよいのです。皆さんも、何かしらでこのようにしなくちゃと思う事がありましたら、是非このように考えてみてはどうでしょうか！？



放課後等  
デイサービス  
の～む 05 予定表  
毎週  
日曜・祝日はお休みです。



放課後等  
デイサービス  
にんぐる 06 予定表  
毎週土・日曜日は  
お休みです。



放課後等  
デイサービス  
ぽっくる 06 予定表  
土日祝は  
お休みです。



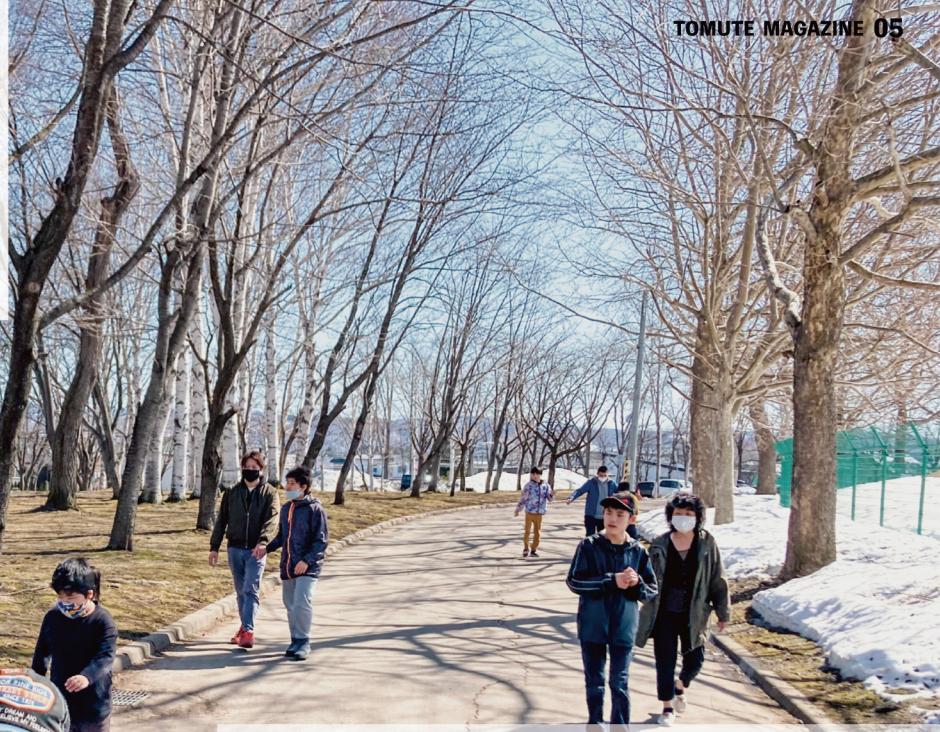
日	月	火	水	木	金	土
			01	02	03	04
		今月の工作 （50円）	ウォーキング ※雨天時は 室内運動	運動 あそび	お手伝いを しよう	
05	06	運動 あそび	お誕生日会 （100円）	07	08	09
休み			からだを動かそう	からだを動かそう	DVD鑑賞	DVD鑑賞
12	13	14	15	16	17	18
休み	テーブル ゲーム	なわとび	運動 あそび	ストレッチ	お楽しみ会 （50円）	からだを動かそう
19	20	21	22	23	24	25
休み	お出かけの日 【公園 or お散歩】	テーブル ゲーム	ポワリング	運動 あそび	お出かけの日 【公園 or お散歩】	お話しの日 【DVD, 紙芝居, 絵本など】
26	27	28	29	30		
休み	描いて あそぼう	運動 あそび	紙芝居	RALSE market ※200円ご持参 ください		

日	月	火	水	木	金	土
			01	02	03	04
			散歩	新聞あそび	読み聞かせ	休み
05	06	休み	DVD鑑賞	お誕生日会 （50円）	絵合わせ ゲーム	フルーチェ （50円）
12	13	14	15	16	17	18
休み	ぬり絵	おりがみ	おやつを 選んで 食べよう	実験	ボーリング	休み
19	20	21	22	23	24	25
休み	公園	工作 （50円）	文章を 書いて みよう	DVD鑑賞	からだを 動かそう	休み
26	27	28	29	30		
休み	じゃんけん ゲーム	読み聞かせ	風船あそび	宝探し ゲーム （50円）		

日	月	火	水	木	金	土
			01	02	03	04
			ライフスキル トレーニング	雨のお勉強	清掃	休み
05	06	休み	SST	スポーツ トレーニング	枝豆ごはん （100円）	散歩に 行こう
12	13	14	15	16	17	18
休み	Wii	針金ハンガー リメイク	SST	和菓子を 食べよう （100円）	父の日の プレゼント づくり （100円）	学びタイム 【時間について】
19	20	21	22	23	24	25
休み	清掃	SST	お茶会 デリバリー 【準備】	Wii	スポーツ トレーニング	休み
26	27	28	29	30		
休み	スポーツ トレーニング	オレオポップ （100円）	お茶会 デリバリー	散歩に 行こう		

# えほんのご寄付のお願い

長期休暇や読書イベント時に使用する本が経年劣化のため不足しております。  
不要な絵本もしくは、図書カードがございましたらご寄付をお願いいたします。



## A Little Bit... 少しづつ

放課後等デイサービス事業所「のーむ」  
文：小貫美洋

4月に「にんぐる」から「のーむ」へ異動してきた小貫美洋です。にんぐるとは違った活動や接し方なので、慣れるまでは保護者の方たちに大変ご迷惑をかけるかもしれませんがどうぞよろしくお願いいたします。4月から一緒に遊んだり、活動をして、少しづつですが子ども達からも「遊んで」と来てくれるようになってきたので、さらに子ども達が楽しめるような活動を考えていきたいと思います。



## New Year & New Environment シンネンドとシンカンキョウ

放課後等デイサービス事業所「にんぐる」  
文：小栗直基



新年度から1ヶ月が経ちました。先生や同級生・スタッフ等が変わり、新しい環境に慣れるまで時間が掛かったと思います。こうえんハウスでも最初は気持ちが落ち着かなかったり、疲れてすぐに寝てしまったりという事がありました。しかし、少しづつ新環境にも慣れてきた子どもたちは、長い時間元気いっぱいに遊んでいます。そんな姿を見て、子どもたちの体力が少しうらやましくも感じます。話は変わりますが、春休みの間に東武にお出かけしてきました！！最近はコロナや時間の関係で、場所を移動してのイベントが少なかっただけに、東武【ゲームコーナー】では全員がとても楽しそうに遊んでいる様子が見られました。このような外活動は、コロナが落ち着いてきたらもっと増やしたいと思っています！！



ようやく北国にも春が訪れ、外では走る人や自転車に乗る人も増えてきました。移動支援でも利用者さんと東陵運動公園内を歩いたりしています。歩くペースは人それぞれ。ゆっくりの時もあれば、駆け出したくなる時、立ち止まる時もあります。先日、一周15分ペースで利用者さんと歩いた時には、私もしつとりと汗をかき、いい運動になりました。心なしか精神的にもスッキリした気持ちになりました。たかが歩くだけといつても、1時間程度連続して歩けば心も体もボカボカします。

月から移動支援の担当となり、毎週ともに歩んでいきたいと思います。この後も利用者さんたちと一緒に歩み、新鮮な気持ちで支援しています。4



移動支援事業所「とろっこ」  
文：豊嶋泰輔



I Want To Go To HANAMI...  
花見に行きたい...

生活支援事業所「ほっぷ」 文：喜多村恒夫

ゴールデンウイークも終わると、山が美しい新緑に染まります。

そして、山の一部分がピンク色になっているところがあります。

そう、山桜です。

毎年、同じ場所に咲く桜に目を奪われてしまいます。

ほっぷも、コロナでなかなかお出かけしづらくなっていますが、今年は車で分散しての桜見物に出かけたいものです。リュックにおやつを詰めて、山の中を歩くのも楽しいのではどうか。

なみきハウスの庭には、いつ植えたのかチューリップの葉が顔を見せています。

庭の草取りもそろそろ始まるのでしょうか。

3年前に移植したアスパラも、今年は少し期待できそうです。

さあ、何を植えようか。





## 缶 謝 KANSHA

ホームヘルプサービス事業所「どんぐり」  
文:鹿野杏介

こんちわわわーあなたの鹿野です！  
どんぐりに異動（采軒、ここ大事）になつ  
て一か月、全く五月病の片鱗もなく元気  
に過ごしておる鹿野です。  
しゃんじゅうハウスでは、利用者さんが日々  
アルミ缶踏みをしております。アルミ缶  
を巨大なホツチキスの様な道具でバッタ  
ンバッタンと平べったく潰しておるので  
す。  
いくらアルミと聞えども、金属の缶がペッ  
たんこになつていくのはまさにあつカン  
です。潰しづらい缶があつても、出来る  
のか聞くと、いつも答えは「出来る（  
can）」です。

鹿野も缶踏みをやってみましたが、機械  
にちゃんと挟まらずに滑つてどつか飛ん  
でいつてしましました…やはり「コツが  
アルミたいです。

作業に使つている缶は皆さんからの寄付  
でまかなつております。寄付して下さつ  
ている皆さんありがとうございます。か  
ん謝に堪えません。

さて、今回鹿野はいくつだじやれを言つ  
たでしょ。答えは来日かで…



日差しが強くなり気温がぐんぐんと上昇する5月。桜も咲き外での焼き肉も楽しめる季節となりました。それでも北海道の5月は朝晩がまだ冷えます。「リラ冷え」という北海道特有の肌寒さに見舞われることもあり、コートや手袋が必要になることも度々あります。5月の北海道の食べ物といえば…ウニ、毛ガニ、ホタテなどの海産物はもちろんですが、やっぱりこの時期はアスパラですね！こんねの畑のアスパラも収穫が始まっています。採れたて新鮮なアスパラはやわらかくて甘くてみずみずしいーー！！！アスパラの根元を切り落とすと、ポタポタと水分が落ちます。そんなアスパラを毎朝収穫し、根元を切りそろえ、グラムを合わせ、パック詰めし店頭に並べます。アスパラはこの時期だけです！！ぜひ店頭で見かけた際は食べてみて下さい。『ベーカリーカフェ ローフ』と北見市内『コープ』3店舗で販売しています。どうぞ

宜しくお願ひ致します。こんねの畑では、アスパラの他にも少しずつ収穫が始まっています。ベビーリーフや水菜、ラデッシュなど…4月から本格的に始まったこんねの畑。そんな畑では作業も次々と進んでいます。トマト・ナス・ピーマンなどの種をセルトレイに種蒔き。セルトレイの苗が大きく育ったら次はポリポットへ鉢上げ。ポリポットの苗が大きくなったら畑へ定植。畑では様々な作業がたくさんあります。種蒔き一つとっても小さな小さな種を、ピンセットを使って器用に一粒ずつ蒔く。エンドウ豆のように大きな種を2粒ずつ穴に蒔く。それぞれ得意なメンバーにやってもらいます。種蒔きが苦手なメンバーはポリポットに土を入れたり、鉢上げしたり。。。得意な事・出来る事に取り組んでいます。そんな畑で作業している時のメンバーの表情は比較的とっても良い表情なんです。とっても良い笑顔なんです。素直に畑が好きなメンバーもありますが、出来る事が楽しいのかな。と最近すごく思います。やっぱり皆の笑顔はステキです。そんな皆が笑顔になれる場所作り、作業作りで、楽しく1日が過ごせるように支援していきたいと思います。





皆様からたくさんのご寄付をいただきました。  
ご協力に感謝し、大切に使わさせて戴きます。  
ありがとうございました。 (2022/03/16 - 04/15 現在)

### ●西川涼太 様

・トイレットペーパー、ティッシュペーパー、アルミ缶

### ●乾夏樹 様

・トイレットペーパー、ティッシュペーパー

### ●上村裕子 様

・身体拭きシート等の介護用品

### ●三輪久美子 様

・アルミ缶

### ●山崎直美 様

・子供服

### ●八巻ひとみ 様

・カステラ

### ●河原美香 様

・アルミ缶

### ●斎藤勝義 様

・タオル

### ●千葉真弘 様

・ティッシュペーパー

### ●原田重美 様

・毛糸、ランプ、水筒、歯ブラシ

### ●石川香菜 様

・トイレットペーパー

### ●三上恵美 様

・服

### ●瀬口春華 様

・ティッシュペーパー、トイレットペーパー、アルミ缶

### ●馬渕由美 様

・ドリップコーヒー

### ●中村洋子 様

・アルミ缶

### ●佐々木由香里 様

・トイレットペーパー、ティッシュペーパー、おもちゃ

### ●中川徳子 様

・おもちゃ



2022年度(令和4年度)  
会員ご登録者様

順不同・敬称略：令和4年4月15日時点

## 正会員(議決権あり)

平賀 貴幸

加藤 明美

弓山 祐子

石原 明美

上村 裕子

宮林 幸子

## 会 員(議決権なし / 寄付金あり)

高橋 恵子  
後藤 裕貴  
亀田 天  
庄田 英里  
田中 楓  
三浦 鶴一  
中村 哲也  
川淵 美帆  
三田昭二税理士事務所

高橋 好光  
田村 誠  
樋口 誠  
西川 涼太  
小川 浩司  
加藤 蓮  
伊藤 規矩男  
小椋 逸  
三田昭二税理士事務所

廣川 とみ子  
本田 晴摩  
牧野 亮介  
笹原 竜太  
小野寺 美穂  
岸 学  
中川 礼  
高木 浩二  
中川 匠

弓山 謙  
白石 貴喜  
藤岡 龍義  
小久保 佳奈子  
小崎 祥  
辻 裕昭  
佐々木 真司  
石原 侑弥  
牡司 竜之介

成田 紹人  
山形 由記  
高橋 朋幹  
島尻 法武  
馬渕 祐輝  
宮林 聰太  
山崎 俊二  
笹木 雄登  
溝井 尋良

乾 夏樹  
大沼 香澄  
清尾 あかり  
金田一文人  
成田 菜々  
上村 隆輔  
石川 準人  
越智 麗菜

## 会 員(議決権なし / 寄付金なし)

梅木 圭介  
近井 修  
深瀬 真弓

西出 美由紀  
高橋 直美  
三輪 久美子

谷口 康子  
三上 信幸  
掛川原 升宏

増井 智子  
黛 和弥  
長谷川 太樹

日並 由美  
佐藤 程昭

宇田 彩菜  
花岡 完俊

## 賛助会員

千葉 司  
上村 重貴  
安藤 初男

嶋中 勢津子  
森田 由美子  
上西 由美子

西川 純治  
若山 功  
小林(株)

佐藤 知江  
木間 靖史  
上野 泰美

宮林 圭右  
桑原電工(株)  
寒河江 春美

上村 萌華  
渡辺 京子

### ふれあい@ とむてホーム

北海道北見市公園町166番25  
TEL. 0157-32-8715 FAX. 0157-32-8716  
E-mail. tomutenomori@iaa.itkeeper.ne.jp  
Mobile. 080-1892-4918  
●法人本部 苦情対応担当：弓山祐子  
●ホームヘルプサービス事業所「どんぐり」  
苦情対応担当：向井章人  
●移動支援事業所「とろっこ」  
苦情対応担当：豊嶋泰輔  
●就労支援事業所「すてっぷ」  
苦情対応担当：荒谷晴日  
●ふれあいホーム「のびのび」1号館  
●地域たすけいあい&とむてサロン「きっじゅ」



### ふれあい@ あったかホーム

北海道北見市公園町166番29  
TEL. 0157-32-8715 FAX. 0157-32-8716  
●ふれあいホーム「のびのび」2号館  
●ベーカリーカフェ ローフ  
●studio BREMEN



### ほくとうハウス

北海道北見市北央町90番8  
TEL / FAX. 0157-24-8003  
●放課後等デイサービス事業所「のーむ」  
苦情対応担当：山川圭一



### 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番9  
TEL. 0157-32-8715 FAX. 0157-32-8716  
●ふれあいホーム「のびのび」3号館  
●日中一時支援事業所「つくしんぼ」  
苦情対応担当：田中豪樹



### オレンジスタジオ

北海道北見市寿町1丁目6番20号  
TEL. 0157-32-8715 FAX. 0157-32-8716  
●放課後等デイサービス事業所「ばっくる」  
苦情対応担当：青山尚実



### こうえんハウス

北海道北見市公園町137番48  
TEL / FAX. 0157-24-8771  
●相談支援事業所「りーふ」  
苦情対応担当：吉野友美  
●放課後等デイサービス事業所「にんぐる」  
苦情対応担当：小栗直基



### なみきハウス

北海道北見市並木町510番地14  
TEL . 0157-33-1645  
●生活支援事業所「ほっぷ」  
苦情対応担当：高橋治仁