

放課後等
デイサービス
の〜む 10月

予定表 毎週 日曜・祝日はお休みです。

日	月	火	水	木	金	土
01	02	03	04	05	06	07
休み	ボウリング	脳トレ	買い物に行こう ※250円以内 ※お買い	アーチェリー	工作 (90分)	テーブル ゲーム
08	09	10	11	12	13	14
休み	スポーツの日	アーチェリー	アイロン ビーズ (90分)	散歩	脳トレ	テーブル ゲーム
15	16	17	18	19	20	21
休み	身体を 動かそう	工作 (90分)	習字	脳トレ	お楽しみ会 (100分)	お話の日
22	23	24	25	26	27	28
休み	読み聞かせweek 絵本・紙芝居など					お話の日
29	30	31				
休み	DVD鑑賞会	ハロウィン お楽しみ (100分)				

放課後等
デイサービス
にんぐる 10月

予定表 毎週土・日曜日は
お休みです。

日	月	火	水	木	金	土
01	02	03	04	05	06	07
休み	DVD鑑賞会	ボール遊び	公園へ 行こう	ボウリング	宝探しゲーム (90分)	休み
08	09	10	11	12	13	14
休み	自由遊び	公園へ 行こう	風船あそび	工作 (90分)	おやつを 選んで 食べよう	休み
15	16	17	18	19	20	21
休み	お散歩	ドライブ	ボール遊び	チェリング	お誕生日会 (100分)	休み
22	23	24	25	26	27	28
休み	みんなで 踊ろう	送る 点結び	お散歩	プリン アラモード (100分)	ドライブ	休み
29	30	31				
休み	ジュースを 買いに行こう ※200円以内 ※お買い	ハロウィン お楽しみ (100分)				

放課後等
デイサービス
ほっくる 10月

予定表 土日祝は
お休みです。

日	月	火	水	木	金	土
01	02	03	04	05	06	07
休み	清掃	ES1	快活 (ダンス)	DVD鑑賞会	作業 + Wii	休み
08	09	10	11	12	13	14
休み	スポーツの日	工作 【モバイル】 (100分)	学習タイム 危険物取扱	コグトレ	町内清掃	休み
15	16	17	18	19	20	21
休み	ES1	ウォーキング	清掃	実業	身体を 動かそう (脳トレ)	休み
22	23	24	25	26	27	28
休み	身体を 動かそう (脳トレ)	ハロウィン 工作	ハロウィン お楽しみ (100分)	ウォーキング	DVD鑑賞会	休み
29	30	31				
休み	お茶会					

誰もが地域であたりまえに暮らせるために

TOMUTE MAGAZIN

<https://tomutenomori.or.jp>

2023 YEAR SEPTEMBER No.222



Supported by 日本財団 THE NIPPON FOUNDATION

あなたの1本が 社会貢献に

日本財団チャリティー自販機

ドリンクをかうだけでできる、社会貢献があります。

飲料1本につき10円を社会貢献プロジェクトにご寄付いただく、自動販売機です。これまでに、全国で8,000台以上が設置され、1本10円のご寄付は累計で18億円におよびます。皆さまからいただきましたご寄付は、間接費には使わず100%全額を「子ども第三の居場所」「難病児支援」「日本財団夢の奨学金」「災害復興支援特別基金」「HEROs」「様々な社会貢献」に活用いたします。お近くにお越しの際は、ぜひご協力をお願いいたします。

じぶんの買物でだけかを幸せにするしくみ。

イオン 幸せの黄色いレシート

since 2001

あなたが買物した金額を喜んでレシートを回収してください。お買物のレシートを回収するだけで、お買物の金額の1%を社会貢献にさせていただきます。

買物 → レシート → 運ぶ → 回収 → 社会貢献

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」にて実施されている「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きます。毎月11日は「イオン・デー」です。イオンで買物をして、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
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
- ・ヘルパーのお仕事してみたい方
- ・応援してください

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。

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、大切に使用させていただきます。ありがとうございました。

(2023/07/16~08/15 現在)

●西川涼太 様 ・トイレトペーパー、ティッシュペーパー、アルミ缶、ジュース	●上村裕子 様 ・飲み物	●瀬口春華 様 ・トイレトペーパー、ティッシュペーパー、アルミ缶
●三輪久美子 様 ・アルミ缶	●柴山ひみ子 様 ・アルミ缶	●間村直樹 様 ・玉ねぎ
●ときわホルモン 様 ・トイレトペーパー、ティッシュペーパー、台所洗剤	●乾夏樹 様 ・トイレトペーパー、ティッシュペーパー	●シバヤマ電器 様 ・コーヒーセット
●笹原竜太 様 ・スポンジ	●藤岡龍義 様 ・きゅうり	●有澤昭 様 ・ティッシュペーパー
		●馬淵由美 様 ・飲み物

NPO法人 **とむての森** TOMUTE MORI

2023年度(令和5年度)
会員ご登録者様

順不同・敬称略：令和5年8月15日時点

正会員

(議決権あり)

佐藤 美保
佐藤 麻理恵

賛助会員

佐藤 永子 佐藤 菜穂子
木間 靖史

猛暑の夏になりましたが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。4年ぶりの夏の賑わいを楽しんだ方も多いのではないかと思えます。この会報が届く頃には秋の風を感じられる季節になっていると思いますが、オホーツク地域ではこれまでにないほどの暑い日が続いたのは記憶に新しいところです。とむての森でも夏を楽しみながら過ごせるように、さまざまな工夫を重ねながら夏休み期間中のサービス提供を進めました。思い出に残るものになってくれたらと思います。さて、これから迎える秋は収穫期になります。秋ならではの経験もできるだけ多くできるように工夫しながら、これからもサービス提供に努めて参ります。これからもとむての森の各種取り組みをよろしくお願致します。

特定非営利活動法人とむての森
代表理事 平賀 貴幸

<p>ふれあい@とむてホーム</p> <p>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 ●地域たすけあい&とむてサロン「きっしゅ」</p>	<p>ふれあい@あったかホーム</p> <p>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 ●ペーカーカフェ ローフ ●studio BREMEN</p>	<p>ふれあい@しゅんこうハウス</p> <p>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</p>	<p>こうえんハウス</p> <p>北海道北見市公園町137番48 TEL / FAX. 0157-22-8771 ●相談支援事業所「リーフ」 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</p>
<p>ほくおうハウス</p> <p>北海道北見市中央町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</p>	<p>オレンジスタジオ</p> <p>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「ほっくる」 苦情対応担当：青山尚実</p>	<p>なみきハウス</p> <p>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</p>	

photograph：放課後等デイサービス事業所「のーむ」：しゃぼん玉あそび



First Event Held In 4 Years

4年ぶりのイベント開催

就労支援事業所「すてっぷ」 文：田中ちえみ

待ちに待った、すてっぷの夏恒例『焼肉イベント』！！コロナをはさみ、4年ぶりの復活です。先月お知らせを配布した日から、その話題が出ない日はありませんでした。「楽しみだなぁ〜」「天気がいいといいな〜！」とウキウキしているメンバーさん達がとてもほほえましかったです(^.^)当日朝は霧雨でしたが、みんなが出勤するのを見計らったかのように雨がやみ、テントで炭火を起し、サロンの中で頂きました！今年はBBQ形式にして、串にお肉と野菜を刺したり、買い物に行ったり、会場設営などの準備を利用者さんとスタッフで行いました！みんなこの笑顔！！おいしいそうにお肉や焼きそば、アイスを頬ばっていました。いつものことながら、みんなハイペースで食べ始めあつという間にお腹いっぱい・・・後半は、スタッフも一緒に食べながらまったり談笑して過ごしました。開催に際し、差し入れをしていただいた保護者の皆様、ありがとうございました。みんなで美味しくいただきました。



BBQイベント

ベーカーカフェLOAF
文：戸井田修一



お盆休み前には4年ぶりに夏の焼肉イベントが開催できました。今回は『焼肉じゃないよBBQだよ』ということでスタッフも含めてみんな初めての試みで、準備中も考えがまともならず『どうしたもんかね？』と悩むことが多かったのですが、終わった後にはみんなに『楽しかったね。』と言ってもらえるようになってよかったと思います。準備している時はそれぞれ火起こしや焼きそばの具材を切ったり炒めたりしていましたが、以前よりもスムーズにできて予定通り順調に進んでいました。お肉や野菜を串に刺すのは特に楽しかったようです。また来年もできるといいですね。野菜達はおいしくなる時期ですが、畑ではトマトが赤くなり収穫で忙しくなる頃です。きゅうり・ナス・ピーマンなどは以前からローフにもたくさん並んでいましたが、『ブチぶよ』といったミニトマトも増えていきます。私はひっそりと、さつまいもが大きく育っているかどうか楽しみに様子を見ています。大きなイベント？は実はもう一つありまして、こちらは人目にはつかないんですが、ローフの冷蔵庫が新しくなりました。利用者さんたちは普段見ることのない大きな冷蔵庫が運ばれる姿を見て『なんだ？なんだ？』と興奮しているようです。冷蔵庫だけではなく何でもそうですが、きちんと掃除をしてきれいに長く使いたいです！





Fraud, watch out! 詐欺、気をつけよう

ホームヘルプサービス事業所
「どんぐり」文：鹿野杏介

いあ！いあ！くとうるふふたぐん！！ どうも、最近夢によくタコの怪物が出てきてクネクネしている鹿野です。今回は私事、というか私の友人事のお話なのですが、先日友人からいきなり深夜電話が来ました。開口一番、「ボク、詐欺にあったかも知れない、、、」との事。YouTube の広告で見た、「一日一回クリックするだけで毎日 40 万円の権利収入があなたの物に！」とかいうやつに引っかかったとの事でした。彼は発達障がい、二次障がいと鬱とパニック障がいと PTSD を持っているという男です。彼は詐欺師との電話で、初期費用を割引できるのは今だけ！等と言われ焦ってしまい、言われるままに支払ってしまったとの事です。いくら払ったのか聞いたところ、、、なんと 220 万円！もう、車が買える金額です。彼は仕事をしておらず収入は年金の月 7 万円のみです。貯金はゼロです。そんな彼がどうやって 220 万円を払ったかという、カードローンです、、、詐欺師にいわれるまま、一日で一気に数カ所のカードローンで限度マックスまで借りるという方法です。もう本人もどこでいくら借りたのかよく分かっていないという状況です。警察は、しっかり契約を交わしているので法律上詐欺でないから手は貸せないとの事で、消費者センターも同じ答え。彼は今弁護士に相談して一円でも戻ってくる事を祈る日々です。なんで鹿野が急にこんな話をしたのかというと、理由はただ一つ、皆さん！詐欺には気を付けてください！詐欺被害は他人事じゃないです！自分はそんなもん引っかかるんワイと思っけても、あっさり引っ掛かります！家族が引っかかる事もあります。YouTube の広告やちょっとググったぐらいでそんなうまい話があるわけないです！堅実に、生きる！さてはて、今回の挨拶は、何の小説の一節でしょう？ヒントは、ルルイエ！です！答えは次号にて！



移動支援事業所「どんぐり」文：豊嶋泰輔

Hobby Time 趣味の時間

突然ですが皆さんの趣味は何でしょうか。最近の私の趣味は専ら「運動すること」と「推し活」です。運動は移動支援を外を歩いたりしますが、プライベートの時間でも走ったりしています。推し活はここ数年はずっと韓国のアイドルを応援しています。さてなぜ今回のような話をするかというと、移動支援のサービスが利用者さんの趣味と繋がっているからです。例えばカラオケ。改めて見るとカラオケを希望される利用者さんは多いです。たしかに大きな声を出すこととストレス発散になりますし、好きな楽曲の演奏に乗せて歌えたら楽しいですよね。聞くところによると普段から音楽を聴いていて、その延長でカラオケで歌いたくなるということでした。余談ですが、私もみんなの様子を見てみると無性に歌いたくなり、その後一人でカラオケに行くこともあります。また、車内の会話で「推し」について話してくれる利用者さんもいました。私もエンタメの話題は広くカバーしているつもりですが「ジャニーズ」や「戦隊モノ」について知らないことが多くなってきたなと思う今日この頃です。ついていくのがやっとならぬがジェネレーションギャップというものでしょうか。ただ、利用者さんがその都度優しく教えてくれるのでなんとか新しい情報を取り入れられています。そういったこともあり、それぞれの趣味の世界に触れながら私も日々楽しく支援させてもらっています。



No heat or cold lasts over the equinox

暑さ寒さも彼岸まで

生活支援事業所「ほっぷ」
文：高橋治仁

残暑は秋の彼岸までに治まり、余寒は春の彼岸までに和らぐので、それ以後は過ごしやすくなるという言い慣わしです。それにしても今年の夏はとても暑い日が多く、生活介護サービスでは、暑さのために活動が変更になることが多々ありました。散歩の予定が暑すぎて外に出られず、中での作業となりがちになる方もいたと思います。または、クーラーが効いて涼しくて、中作業で良かった方もいると思います。でも、皆さんは急な変更にも対応してくれて活動を進めています。秋分の日が近づく頃には大分過ごしやすくなると思いますが、それまでに利用者さんが暑さで体調を崩していないか十分観察して活動を進めていきます。

9月23日(土)に収穫祭を行います。
今年10周年！
楽しめる内容を企画中です。
お楽しみに！！



With Nature.

自然と共に。

みんなの畑 こんね文：佐藤千鶴子

全国的に暑い日が続いています。ここ北見市でも 7 月下旬から 8 月上旬の約 2 週間、30℃を超える日が続きました。「今日も暑いね〜」が毎日の会話の一つとなり、厳しい暑さとなりました。天気予報では「真夏日」、「猛暑日」なんて言葉が当たり前になり、今年「酷暑日」なんて言葉までも良く聞くようになりました。8 月は大気が不安定な日が多く、暑さが続いたと思ったら雨が続きたり、台風がきたり…。様々な所で自然による影響がでているようです。こんねメンバーもさすがに、今年の暑さにはかなわないようです。いつも元気で活発なメンバーも、日陰で静かに過ごすことが多くなりました。食欲がない…、寝不足…、なんてメンバーもちらほら。そんな日は無理せず、のんびりと過ごしてもらっています。こんねの畑でも連日の暑さと長雨で、例年と様子が違うようです。暑いといっても北海道は乾燥していてカラッとしているイメージですが、今年は蒸し暑く、湿度の高いのも特徴で、虫や病気が発生しやすい環境で野菜作りにとっては最悪の条件が重なっています。アブラムシにハダニ、べと病などによって、青々としていた葉が一気に黄色くなり枯れ始めています。残念ながら、もうこうなるとどうしようもありません。この時期は夏野菜が一番収穫出来る時期なのですが、収量も例年の半分ほどの状態です。今できる事、秋の収穫に間に合うような野菜は種蒔きを試みたり、追肥を試みたり、今年はまだまだどうなるかわかりません。つくづく思う事ですが、自然の力にはかないませんね。。。さて、今回もこんねメンバーを紹介します。まず一人目は、細かい作業が得意で様々な道具を使いこなすメンバー。スタッフでも苦戦してしまう作業も正確に丁寧にこなします。今は室内で細かい作業をメインとして行っていますが、畑では電動ドライバーや新しい道具を見つけると、目を輝かせながら手に取り、作業に取り組んでいます。もう一人は、アトリエ活動も得意ですが、野菜に関しても詳しいメンバー。ちょっと珍しい野菜も「〇〇ですよ！」と野菜の名前を言い当てます。たいていの作業は問題なくこします。特に細かい作業、小さな種を一粒ずつセルトレイに蒔く作業や、収穫した野菜を袋に詰める作業は任せています。今回のメンバー 2 人は頑張りすぎてしまう所があるので、時々声を掛けながら一緒に活動しています。もう少し暑い日が続くそうです。体調に気をつけながら皆と頑張りたと思います。



Graduates Visits
卒業生来所
 放課後等デイサービス事業所「ぼっくる」
 文：青山尚実

夏休み中にぼっくるの活動での“お茶会”をめがけて、すてっぷの利用者さんがきてくれました！！実際にすてっぷで接客をしているぼっくるの卒業生が来所し、ぼっくるの児童に接客の対応と、働くという事への児童からの質問に答えるという活動をおこないました！ 久しぶりに会う卒業生と、接客をされるという事に慣れていない子ども達は緊張の面持ち。そんな子ども達の緊張が卒業生にも伝わり、お互いが緊張してとっても静かでした（笑）ケーキとジュースをふるまってもらい、少し緊張がほぐれた後は、先輩方に質問をしました。実際に就労をしてみている楽しい事や苦労していること、働く時間や余暇の時間の過ごし方等、様々な質問をしています。物おじせずしっかりと全ての質問に答えてくれた卒業生たち！さすがです！！質問が終わった後はぼっくるからも感謝のメッセージを伝えて活動を終了しました。卒業生のテキパキとした接客や、しっかりと質問に答えを返している様子を見て、感慨深くなったスタッフです。卒業生が帰った後子ども達は「〇〇くんすごかったね」「リサイクルの仕事もあるんだね」「〇〇もサンドイッチ作ってみたいな」等々、キラキラした様子でおしゃべりをしていました。働くという事への意識づけができた有意義な時間でした。来所してくれた卒業生の皆さん、すてっぷの皆さん、ありがとうございました！ 次回はすてっぷの作業を見学に行ける機会も作りたくと、就労期のスタッフとも話しをしているので、就労へむけての意識づけの活動を長期休暇の時間を使って今後も行っていきたいと思っています。

Summer Fun Week
夏遊び week
 放課後等デイサービス事業所「の一む」
 文：小真美洋

8月は1週間の期間を設けて、夏遊びを楽しむ活動を行いました。

・・・が！

それまでの暑い天気が一変し夏遊び weekには天候が崩れてしまいました。色々と考えていた予定を変更しましたが、利用した子ども達は大いに楽しんでくれた様子で良かったです。【DAY 1】あいにくの雨でしたが、こんねの畑へ行きビニールハウス内のミニトマト収穫を行いました。お友達同士で色や大きさや形を比べながら、楽しんで収穫しています。【DAY 2】雨が降っていないタイミングでしゃぼん玉をしました。電動のしゃぼん玉器やパブルガンを使いたくさんのしゃぼん玉を作って遊びました。【DAY 3】公園でしたが行けず、室内にてピカチュウ音頭を踊りました。テレビで見本を流しながら元気に踊っています。【DAY 4】水遊びでしたがここも実施出来ず、ヨーヨー釣りをしました。なかなか釣り上げることが出来ず、苦戦していましたが釣り上げるととても嬉しそうでした。【DAY 5】3事業所合同でスイカ割を楽しみました。小さい子たちから順番に叩き、最後はぼっくるのお友達が割ってみんなで食べました。冬休みも楽しめる活動をしていきたいと思います(^ ^)/



放課後等デイサービス事業所「ぼっくる」
 文：小真美洋

⑨スイカ割り
 久しぶりの3事業所集まったイベントとなりました。スイカが固く、子どもの力ではなかなか割る事は出来ませんでした。何回も叩いて割ろうと頑張る姿が見られました。そんな中、高校生のKさん・Oさんがそれぞれのスイカを一刀両断！割れた瞬間、たくさんの歓声が沸き一番盛り上がりました！その後割れたスイカをみんなで美味しく頂きました。

そんな感じで、イベントはとても盛り上がり、楽しい夏を過ごすことが出来ました。秋のイベント（ハロウィン等）も控えていますので、子ども達が楽しめるイベント内容を、これからも沢山行っていききたいと思っています！

⑩温根湯 果夢林ワールド
 温根湯道の駅にはこれまでも数回行った事はありましたが、果夢林ワールドのイベントは今回初めてとなりました。屋内の雰囲気は木材をベースとした作りになっており、外から見ると内部は広くなっていました。また、夏休み中ではありましたが、平日という事で遊んでいる方も多くはなかったため、広々と遊ぶことが出来ました。木で作られた三輪車やプール、アスレチック等もありましたが、個人的には、木柱についている動物のボタンを押すと、鳴き声が聞こえる場所が一番楽しく、子ども達もそこに行くと全部のボタンを一気に押そうと頑張っている姿も見られました。

⑪訓子府図書館
 静かな雰囲気のある図書館で思ったよりも数多くの本がある印象の図書館でした。元々は置戸図書館や訓子府レクリエーション公園に行く予定でしたが、休館日や天候不良が重なってしまいました。そのため、今回夏休み中に2回、訓子府図書館に行くこととなりました。急な変更だったため不安もありましたが、子ども達は混乱することなく、ルールをしっかりと守り、様々な本をゆっくりと読みながら過ごすことが出来ました。

今回の夏は、コロナが5類になったという事で、外での活動や大人数が集まったイベントが沢山出来なかった！その中で特に楽しかったという意見が多かった、イベント内容を紹介していきたいと思います。



The End Of
 SUMMER
 夏の終わり