

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。

TOMUTE MAGAZIN

<https://tomutenomori.or.jp>

2023 YEAR NOVEMBER No.224



- 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
- 三輪久美子様
・アルミ缶
- 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
- 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
- 乾夏樹様
・トイレトペーパー、ティッシュペーパー

- 本田千鶴子様
・肥料
- 馬淵由美様
・トイレトペーパー、ドリップコーヒー
- 安藤初男様
・野菜、メロン
- 田中楓様
・トイレトペーパー、じゃがいも
- 斎藤勝義様
・野菜、メロン

- 高橋朋幹様
・アルミ缶
- 加川晶子様
・おもちゃ
- 遠藤雅様
・絵の具
- 一宮照様
・会員（議決権なし / 寄付金あり）
- 中村ましろ様
・会員（議決権なし / 寄付金あり）
- 日向俊介様
・会員（議決権なし / 寄付金なし）



たくさん
の
ありがとう
を
伝えたい
I Want To Say
A Lot Of
THANKS

10月、マルハン端野店様よりお菓子の寄贈をいただきました。今年2月、7月に続いて3回目の寄贈となります。放課後等デイサービス事業所のおやつタイムや、成人の利用者さんの給食時のデザートやおやつに活用させていただきますので、本当に有難いです。定期的に寄贈をいただけること、応援していただいていることに心より感謝いたします。マルハン端野店のスタッフの皆様、そして毎回寄贈してくださるお客様、ありがとうございます。今後ともどうぞよろしくお願いたします。

生活支援事業所「ほっぷ」や放課後等デイサービス事業所「ほくくる」利用者さんの作業となっているウエス作りですが、皆様から頂いているタオルの在庫が底を尽いてしまいました。ご家庭で不要になった古いフェイスタオルやバスタオル、肌着などはありませんか？ <綿50%~100%>であればタオルシートでも大丈夫です。皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

生活支援事業所「ほっぷ」と放課後等デイサービス事業所「ほくくる」から

ウエス用タオル 寄贈のお願い

お願い復活

お米券 OR 商品券

お願いします

寄贈のお願いを一時ストップさせていただき、皆様からたくさん頂いたお米券。約2年もの長い期間に渡り給食提供の現場を助けて頂きました。皆様のご支援に心から感謝申し上げます。そのお米券が残りわずかとなってまいりました。物価高騰が続く中、大変心苦しいお願いですが、ご家庭で使われていないお米券や商品券などはございませんか？どうかご協力をよろしくお願いいたします。

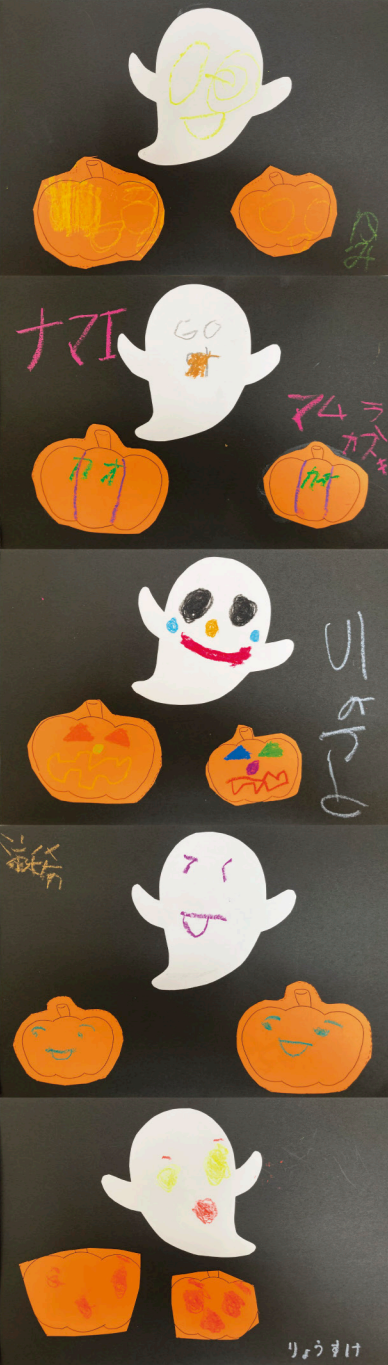


とむての森の各種サービスのご利用をいただく皆さま、各種事業にご協力いただいている皆さま、いつも有難うございます。いよいよ今年のカレンダーも残すところあと2枚となって参りました。毎年恒例のことではありますが、今年度もカレンダーや年賀状の印刷予約が始まりますし、12月のクリスマスに向けたメニューの予約も始まります。とむての森でもこれらの受付を進めて行きますので、皆さまのご協力をよろしくお願いいたします。特に友人・知人・ご親戚などに、とむての森やペカリーカ

フェローフ、studio BREMEN の取り組みなどをお知らせいただき、注文増加に繋がれることを願っております。そうすることで、当法人のサービスをご利用いただくチャレンジ（しょうがいを表す言葉で「挑戦することに出会えた人」の意味を含む）の作業工賃や、作品の利用料収入の形でのインセンティブなどが増えることに繋がります。工賃や得られる収入を増やす取り組みは大変重要で、「2級年金+5万円の月収」を目指すことが当法人の工賃面における到達目標でもあります。物価高騰の影響もあり、

この目標も引き上げなくてはならない情勢があるかもしれませんが、改めてこの数値目標をお示ししておきます。関係者の皆さまにおかれましては、サービスをご利用いただくのはもちろんのことですが、工賃アップに繋がる取り組みにもお力添えをいただければと思います。当法人で働くスタッフにも改めてこうした目標を伝えながら取り組みを進めることに、私たちも挑戦して参ります。

- 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
TEL. 0157-32-8715 FAX. 0157-32-8716
●ふれあいホーム「のびのび」2号館
●ペカリーカフェロフ
●studio BREMEN
- 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
- こうえんハウス**
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
- ほくおうハウス**
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「の一む」 苦情対応担当：山川圭一
- 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「ほくくる」 苦情対応担当：青山尚実
- 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



Halloween decorations & shopping ハロウィン飾り付け & お買い物

放課後等デイサービス事業所「の一む」
文：小貫美洋

放課後等デイサービス事業所「の一む」では、毎月の活動にお買物を取り入れています。4月から毎月、いろいろなお店へ行っておやつを選び、セルフレジもスタッフと一緒に操作して買物をしています。始めの頃は、お買い物へ行くルールをスタッフが説明してからお店へ向かいましたが、今では子ども達が自分たちでルールを発表し守る事が出来るようになってきました。お買い物中は、お友達と同じおやつを選んだり、毎回、自分の好きな決まったおやつを選んだりとお買物を楽しんでいます。また、値段を気にするようになっており、スタッフにおやつを見せ、「お金足りるかな」と確認するようになったのでそのまま継続していきます。10月はハロウィンがあるので壁面の飾りをみんなで作りました。スタッフの説明を聞きながら、オバケや、カボチャに顔を描いています。好きな色にしたりカオと書いたり個性豊かな仕上がりになっています(笑)描きながらオバケは怖いと話す子もいたり、仮装したいと話す子もいてハロウィンへの感じ方も個性があると思う活動でした。



放課後等 デイサービス の一む 12月

日	月	火	水	木	金	土
					01 工作 (50円)	02 テーブルゲーム
03	04	05	06	07	08 サンタさんへお手紙を書く	09 お話の日
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

放課後等 デイサービス にんぐる 12月

日	月	火	水	木	金	土
					01 宝探しゲーム (50円)	02
03	04	05	06	07	08	09
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

放課後等 デイサービス ほっくる 12月

日	月	火	水	木	金	土
					01 清掃	02
03	04	05	06	07	08	09
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Growing up is a lonely... 成長とは寂しい、

放課後等デイサービス事業所「ほっくる」
文：田中家樹

最近よく感じる事があります。それは、「ほっくる」の子ども達のお兄さんお姉さんです。特に長期休み中などに会うと髪型や服装を気にしたり、鏡を見ていたり、見た目もそうなのですが、スタッフと話しをするときに敬語を使えるようになってきたり、以前なら納得できなくて怒っていた事でも、「仕方ないな」と、納得が出来る様になっていたり、後

輩たちに優しくアドバイスをするなどの場面もありました。また、秋休みにほっくるに来た児童が、夏休みに会った時も成長を感じていたのですが、更に髪型や服装が変わり、身長がまた伸びて、すっかり男の子から男性になっていました。寮生活の事や、学校生活の事等、いろいろお話をしてくれました。高校卒業後の進路の話もあり「卒業後は〇〇の専門学校にするかな。」「〇〇とxxならどっちがいいと思う!？」など、すっかり精神面でも大人になっていました。別の利用者さんも「冬休みはアルバイトするよ。」「部活の大会で活躍したよ。」等々、成長を嬉しく感じる反面、少し寂しくなった。そんな初冬の出来事でした。



Found a small autumn. 小さい秋みつけた

放課後等デイサービス事業所「にんぐる」
文：小栗直基



毎年思う事ですが、秋と感じる日がかたく短く、食欲の秋と言うだけあって柿・栗・サンマ等食べたいものがいっぱいあり、自分の食欲を抑えられるかが心配になってきてしまいます。そんなことを思いながら日々過ごしています。また、秋になって寒暖差も大きくなり、自分も風邪をひいてしまいました。子ども達も季節の変化についていけずに風邪をひいてしまう子も多く見られていますので、温かい服装で事業所に来ていただけたらと思います。さて、最近の「にんぐる」の様子ですが、未就学のお子様が多く利用し、来所されるようになってきました。自分が考えていたよりも事業所に慣れるのが早く、それぞれ自由に自分の好きなおもちゃで遊んで過ごすことが出来ています。また、未就学の子も達が増えたことで、その子たちに対し、先輩たちはおもちゃを貸してあげる、場所を譲ってあげるなど、先輩らしい姿が見られ心が温まる場面がみられました。もうすぐ冬が始まります。今年のクリスマスに向けたイルミネーションはどうしようかなあ...と今から考えています。完成した際には是非、みなさん見に来て下さい!





Speaking of fall... 秋といえば・・・

就労支援事業所「すてっぷ」文：田中ちえみ

気温が落ち着いている、過ごしやすい季節です。私たちがスタッフも利用者さんも「暑すぎる・寒すぎる時」というのは集中が難しい場面が多く、その点で、秋はじっくり作業に取り組める良い時期です。特に今年の夏は暑すぎて、「体調を崩さないようにする（こまめな休憩や水分補給など）」、「食料や衛生管理」「パン生地が発酵しすぎない」等に気をつけていると、あっとい間に過ぎてしまいました。作業場所の冷暖房やサーキュレーター、加湿器等を使い、室温調節などは最大限気をつけて行いますが、利用者さんそれぞれ作業内容や作業場所、体感温度が違う為、必要な体温調節グッズが違ってきます。こちらからも、「こんなものがあれば（たとえば、首に巻くタオル等）」ご本人がより快適に落ち着いて過ごせると思います」とお伝えする事があるかもしれません。お手数ですが、その際は宜しく願います。 ※乾燥で手荒れがひどくなる時期がやってきます。本格的に手荒れしてからでは治りづらくなりますので、ハンドクリーム等で今の時期から予防をお願いいたします。



約8ヶ月に渡る畑作業も終盤に。
全員で畝を解体し、
肥料と有機物を混ぜ込んで
来年のための
土づくりをしていきます。

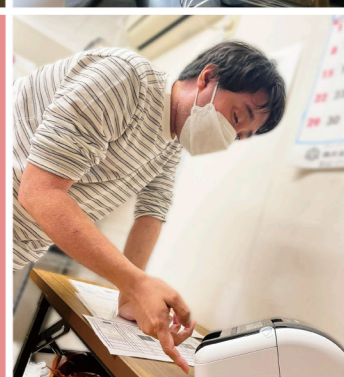


What fall? クリスマス準備

ベーカリーカフェLOAF
文：戸井田修一



「暑い」と言っていたのがついでこの間だったはずなのに、今はもう「寒いねえ」と言っています。畑の収穫も終わり、片付けに入ると、「もうすぐ今年の畑作業も終わり」と実感も湧くようで、少し寂しそうにする人達もいます。どちらかというとツライ部類に入る畑作業が、この時だけは名残惜しくなるのは何とも言えない感覚です。最後に収穫したトマトも大量でしたが、湯剥きと種取りはみんな慣れた手つきで予定よりも早く終わらせてくれました。きれいに実だけになったものをそのまま煮詰めてトマトジュースのようにしてパウチに詰めて販売します。また月刊OSには今月のパン特集、来月はクリスマスのアレと掲載予定があります。今回掲載されているパン特集の全粒粉クロワッサンはスタッフ一同めちゃめちゃおいしいと大好評ですので、見かけた際にはぜひ購入して食べた感想をお聞かせください。

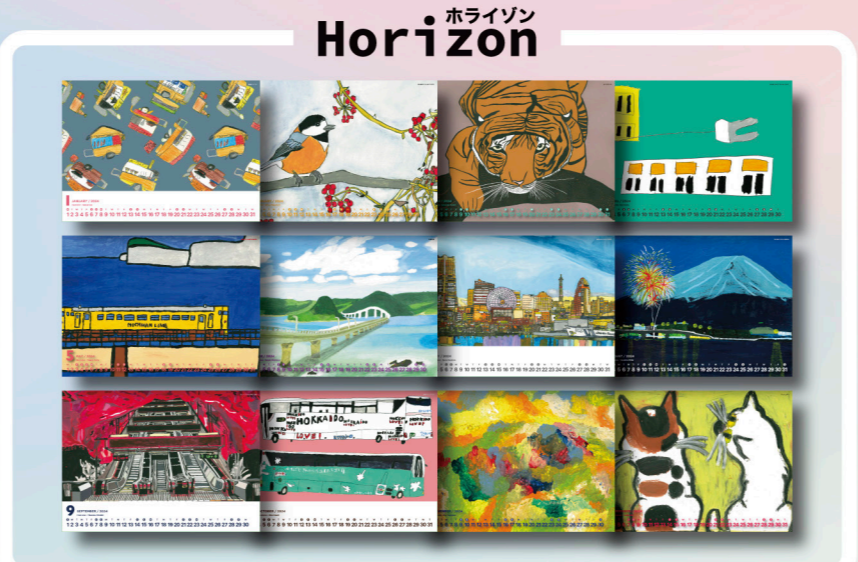


2024 YEAR'S ITEM Original Calendar & New Year's Card

2024年版
オリジナルカレンダー
& オリジナル年賀状



パーティカル
VERTICAL



ホライゾン
Horizon



ロジカル
LOGICAL



New Year's Cars 2024

その他 26 種類

9月末、私と利用者さんが行くところへ退職した元スタッフが合流して一緒に温泉に入るといふ移動支援がありました。待ち合わせ場所に到着し、元スタッフの姿を久しぶりに何うと利用者さんも大喜び！車から降りるや否やすぐに近づいて挨拶を交わっていました。その後は元スタッフの体調を気遣いつつ、ペースを合わせながら入浴しています。傍で様子を見ていた私も以前と変わらないやり取りに感慨深いものがありました。浴場は元スタッフの希望で露天風呂へ。当日は天候も気温もちょうどよく、リラククスして入浴を楽しめました。利用者さんも「○○さん」と何度も呼びかけたりして、貴重な時間を噛みしめていた様子です。また露天風呂を出る際には率先して扉を開けてくれたり、脱衣所に戻る際には背中を拭いてあげたりと、以前は支援を受けていた利用者さんが今度は自分ができることを「恩返し」している姿が素敵でした。帰りに外で別れる際には、利用者さんが名残惜しそうに見つめて車の中から最後まで手を振っていました。それを見た私は、彼にとって元スタッフの存在は今でも大きいものなのだと実感しました。それと同時に私も誰かにとってそうありたいと思う出来事でした。 続きましては10月初めの移動支援のことです。今度は私と別の利用者さん二名と網走の道の駅と温泉に行ってきました。この二名合同での移動支援は久しぶりで、私としては初めての遠出です。事前に時間や内容などの計画は立てても、ちゃんとその通りにいくのか最初は少し緊張していた私ですが、車内で利用者さんがずつとお話をして和ませてくれたおかげで順調に回ることが出来ました。この日の天気も車を降りる時だけ雨が上がりつつあり恵まれていました。最終的に道の駅や温泉でそれぞれの目的を果たせて満足のうち帰宅の途についています。今回特に良かったのは「〜がしたいです！」と利用者さんが自分の意思をしっかりと伝えてくれたこと。私としてもそれに応えられたかなと思います。とてもいい経験と思いにになりました。



Repayment 恩返し
移動支援事業所「とろっこ」
文：豊嶋泰輔

Speaking of autumn
秋と言えば
生活支援事業所「ほっぷ」
文：高橋治仁

皆様こんにちは。今年は遅い秋の訪れでした。この会報を読まれている頃には晩秋の時期でしょうね。インフルエンザやコロナウイルスが早くも流行の兆しです。皆様も早めの対策をして流行に備えて下さい。 秋、この時期になると、生活支援事業所「ほっぷ」では北見支援学校の生徒さんの実習受け入れがあります。9月に高等部3年生1名、10月には高等部1年生1名を受け入れました。2名共に、最初は緊張していますが、すぐに慣れて、色々な活動を積極的に行ってくれました。畑関連の作業が主となりましたが、本当に一生懸命頑張っていて、支援員もとても助かりました。作業内容をすぐに理解し、黙々と作業を進めるのが印象的でした。 通所されている利用者さんの中には、季節の変化で調子を崩される方もおられますが、概ね休むことなく通所され、作業やその他の活動を進めています。これからは寒くなる一方で、体調を崩さない様にお過ごしください。



Thanks to the blessings of nature!
自然の恵みに感謝！
みんなの畑 こんね文：佐藤千穂子

10月に入り、日中の気温が20℃前後と過ごしやす季節となりました。日中は暖かくても夜になると一気に気温が下がり、0℃近くにまで下がります。この時期の昼夜の気温差はなんと20℃！つい先日まで緑色だった山が赤くなり始め、一気に秋です。10月中旬になると雪虫を見かけるようになり、冬の便りもそろそろ届きそうです。 秋と言えば：食欲の秋！収穫の秋！美味しい物がたくさんあります。週末になると各地でイベントが開催され、家族で楽しんでいる姿をよく見かけます。 みんなの畑 こんねでもイベントが続きます。まず、9月23日に開催した大収穫祭。例年より1ヶ月早く開催したこともあって、トマトやきゅうり、ナスなどの夏野菜も販売することが出来ました。この日の天気はいよいよ曇りでお昼頃には雨が降りだし、天候に恵まれはしませんでした。多くのお客様にお立ち寄り頂きました。「毎年楽しみにしているよ。」「このピザ、美味しいよね！」と嬉しいお言葉も頂き、メンバー、スタッフ共々感謝しております。今年も暑すぎる夏で、例年のように野菜が育たず何度も何度も種まきをしたり、虫が大量発生し泣く泣く捨てる事になったりと、苦戦した年となりましたが、そんな過酷な状況の中でも育ってくれた野菜達、自然の恵みに感謝です。そして無事に今年も収穫祭が開催できたことにも感謝です。ご協力いただいた皆様、ありがとうございました。そして9月30日と10月1日には農福マルシェに参加してきました。1日目は、とむでの森の利用者さんが作業している様子（シール貼りやバック詰め作業）を見てもらう時間を設けていただきました。ちょっと緊張気味のローフメンバー。そんな中でもしっかりと落ちて作業してくれました。さすがです！こんねメンバーも初めての場所に戸惑いながらも、商品を運んだり並べたりといつも以上に頑張ってくれま



忘れていました！先々月の答えは「不思議の国のアリス」でした！なんの事かわからない人は先々月号を見てね！ さてはて、タイトルにも書きましたが、10月と言えばハロウィンでしたね。しかし、このタイトルは釣り広告です！ハロウィンの事なんぞ書きません！私は日本男児です。舶来の行事にばかり目を向けておられんとです。しかしながら、日本の行事ってピンとこないものが多いですよ。地味だからかな？10月には「神嘗祭」がありますね。天照大神に今年取れた米をお供えするお祭りです。10月は神無月、島根県出雲地方だけは神在月ですが、全国の神様がこの時期に出雲に集まって会議をするそうです。暑くもなく寒くもなく、美味しいものが多い時期に1ヶ月も出張する、、、神様たち確実に観光もしていますね。

また、9月の十五夜のお月見ばかり有名ですが、10月には十三夜のお月見もあります。実は、十五夜だけ月見して十三夜は月見しないと「片見月」と言って縁起が悪いそうです。昔から続いている季節行事は、その土地土地の気候や文化・歴史が背景にあるものです。ハロウィンで渋谷でばーりないするのも楽しいですが、日本の行事にも目を向けて行きたいものですね。そして、、、鹿野君 10月号の原稿を落としていました！思いっきり落としました！書いたのにアップロードしていませんでした。すみません！でも、折角書いていたので一ヶ月遅れで載せちゃうもね！だから11月号なのにやたら10月の話題なのです！過ぎ去りし10月に想い馳せながら読んで下さい（陳謝&謝謝） 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、ワトソン君です！答えは次号にて！



October is Halloween.
10月と言えばハロウィン
ホームヘルプサービス事業所「どんぐり」文：鹿野啓介

不可能なことがらを消去していくと、よしんばいかにあり得そうになくても、残ったものこそが真実である、とそう仮定するところから推理は出発します。秋は美味しいものが多く、鹿野が食べるのを我慢するのは不可能です。そう仮定すると鹿野は太ります。どうも、冬に向けて脂肪を蓄えている鹿野改め熊野です。先々月号の答えは、H・P・ラブクラフトの「クトゥルフの呼び声」でした！そして、8月号の答えを掲載するのを