

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。

(2023/10/16 ~ 11/15 現在)

TOMUTE MAGAZIN

<https://tomutenomori.or.jp>

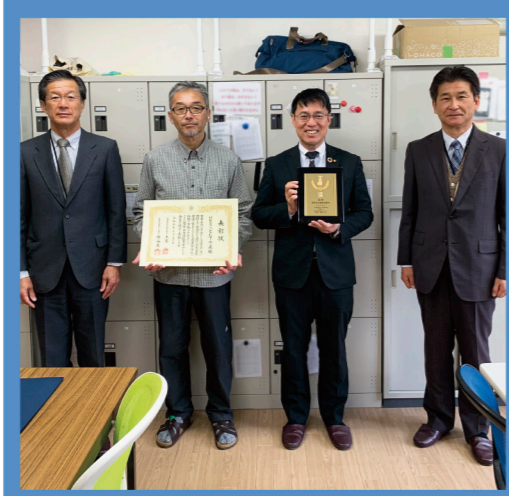


- 西川涼太様
・トイレトペーパー、ティッシュペーパー、アルミ缶
- 三輪久美子様
・アルミ缶
- ときわホルモン様
・トイレトペーパー、ティッシュペーパー、スポンジ
- 瀬口春華様
・トイレトペーパー、ティッシュペーパー、アルミ缶

- 中川匠様
・トイレトペーパー、衣類
- 斎藤勝義様
・ウエス用タオル
- 加川晶子様
・チャイルドシート
- 間村直樹様
・玉ねぎ
- 竹下幸輝様
・修学旅行のお土産 (お菓子)

- 藤岡龍義様
・玉ねぎ
- 公益社団法人オホーツク財団様
・ミルミル
- 増田真由美様
・ハロウィン衣装
- 神門健太様
・会員 (議決権なし / 寄付金あり)
- 増田真由美様
・会員 (議決権なし / 寄付金あり)

2023 YEAR DECEMBER No.225



昨年度、とむての森で送迎業務を担うスタッフ 27 名全員が、1 年間無事故・無違反であったとして、「金賞」という名誉ある表彰を受けることになりました。20 名以上のスタッフ全員が、1 年間を通して無事故・無違反と言う事例は、なかなか無いことなのだそうです。11 月 8 日、北海道警察北見方面本部長および自動車安全運転センター理事長の連名で賞状と盾を頂きました。「金賞」という名誉ある賞を頂いたことを励みに、これからも事故や違反の無いように、スタッフへの啓蒙活動を続けてまいります。

Everyday Life in "studio Bremen" プレーメンの日常

文：伊藤栄一

11 月 12 日 (日)~23 日 (木) までの間、札幌文化芸術センター SCARTS (札幌市) にてプレーメンが所属している「ボーダレスアートサポート北海道 (BASH)」の展示がありました。「Hello My Friend」と題し、道内 6 事業所と個人が選出した作品が展示され、多くの方々にご鑑賞いただきました。



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。



- 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：豊崎泰輔
●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@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
●ペーカーカフェ ロープ
●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

会員の皆さまと、とむての森の活動にご理解とご支援をいただいている皆さま。本年も大変お世話になり、ありがとうございます。新型コロナウイルス感染症による影響に振り回された状況から、市中は通常モードに移行した感が強いですが、当法人の実施する福祉事業においてはさほど変化がないばかりか、サービスをご利用される方々には、インフルエンザなどの感染症や風邪などに罹患する方が増えている状況にあり、運営にも少なからず影響を及ぼす状況にあります。当社では、稼働率を改善することはもちろんですが「新たなご利用者さまの

募集」「経費の削減や圧縮」「行動援護のサービス提供が可能な実務経験のあるスタッフの育成と募集」「強みを活かしたサービス内容の精査」「SNS を活用した更なる情報発信充実」など、取り組まなくてはならない課題があります。サービスの質の向上をはかりつつ、こうした取り組みを進めるスタッフを是非とも皆さまには応援いただければ幸いです。先日、北海道警察北見方面本部から送迎にあたるスタッフ 27 人が 1 年間無事故無違反であったことから金賞の表彰を受けました。なかなか容易に出来ることではないとのこととして、日常から

安全運転を心がけているスタッフの努力の賜物だと捉えています。引き続きこうした取り組みを重ねながら、地域から信頼され頼りにされる事業所であり続けられるように努力を重ねて参ります。なお、クリスマス関連商品やカレンダー、年賀状などの受付時期となりました。ご利用者さまの工賃アップに直結する取り組みになりますので、どうぞ知人・友人やご親類などにも当社の製品をお勧めいただき、製品の更なる販売促進と知名度向上にお力添えをいただければ幸いです。

特定非営利活動法人とむての森
代表理事 平賀貴幸



Preparations For Winter

冬支度

みんなの畑 こんね 文：佐藤千鶴子

今年も残り1ヶ月となりました。12月の北海道は、暖かい日でも日中の気温は5℃前後までしか上がらず、朝の気温は-10℃以下になることもあります。陽も短く 16:00 には暗くなってしまいます。今年は夏が長かった分、雪なんてまだまだ！冬は遅いだろう…なんて思っていたのですが、しっかり時期になれば冬がきますね。11月上旬には初雪を観測し、根雪になっている所もあります。寒さの本番はこれからです。体調には気をつけ、皆元気に年越しできればと思っています。 こんねの畑では、今年最後の収穫となる大根と人参を抜く作業を雪が降る前に行いました。大きく成長した大根を抜くのは意外と力のある作業で、こんねメンバーの中でも力のあるメンバーが「せーのっ！」と気合いを入れて抜いていきます。抜いたものをミニコンテナに入れ運ぶ、運んだものを全部一度取り出しハサミで葉を切り落とす。それから袋に入れる。と、収穫作業と言っても細かな作業がたくさんあります。メンバーそれぞれが得意な作業に取り組みます。もちろん苦手なこと、初めての作業にも挑戦してもらいます。そんな時は、スタッフと一緒にゆっくりやってみます。声掛けしながら、時には見守りながら…そして、出来た時にはたくさん褒めて一緒に喜びます。自分もですが、出来なかったことが出来たり、褒められるとやっぱり嬉しいですね！作業が嫌にならないように、毎日楽しく！を目標に、メンバーも笑顔で頑張ってくれています。最近ハウスの中の片づけ作業にもどんどん参加しています。マルチを剥がしたり、支柱を抜いたり、高いところに登って紐をほどいたり片付け作業を行っています。畑作業が大好きなメンバーは、スタッフがやっている作業に興味があるようで、やっている姿をジーッと真剣に見て覚えます。一回一緒にやると次からは一人で出てしまう事もあり、驚かされることもしばしばです。これも成長ですよ！冬になると畑での作業は豆取りがメインとなります。その様子もお伝えしていきたいと思います。



The season of the coming of the Red Grandpa!

赤い爺ちゃん来る季節！

ホームヘルプサービス事業所「どんぐり」 文：鹿野杏介

富めるものにも貧しきものにも、等しくクリスマスは訪れる。その幸福を皆で分かち合せてこそ、本当の幸せが訪れるのだ。12月の幸せ、正月休み、ポーナス、年末調整、AMAZONのクリスマス年末セール、りありちーのある幸せしか思いつかない辛気くさりありすと鹿野です。いや、12月中は鹿ではなく馴鹿野と名乗ります。先月号の答えは、コナン・ドイルの「シャーロックホームズ」でした！なんの事かわからない人は先月号を見てね！

やっぱり12月と言えばクリスマス。しかしながらクリスマスばかりなので他のイベントを、と思つたのですが、ググってみるとピミョーなイベントばかりでした。だからこそ余計クリスマスが日本でも流行ったんですね。大人になってあまり季節のイベントなんてしなくなった馴鹿野ですが、とむてに入ってから児童のデイサービスで働かだしてから、季節行事もいもんだなあ、と思つていたら大人ばかりのどんぐりに栄転し、少し寂しい馴鹿野です。今後どんぐりでも季節行事を取り入れて行きたいなあと思つちよります。さてはて、今回の挨拶は、何の小説の一節でしょうか？ヒントは、矢沢永吉のバンド、です！



クリスマスのおードブルや来年のカレンダーを見るともう2023年も終わりに近づいているのだと実感します。個人的に12月から1月にかけては美味しい物をいっぱい食べる予定なので、今から運動して先に体重を減らしておく作戦でいこうと思います。運動といえば移動支援ではこれまで北見の体育センターや端野トレセンを使うことが多かったのですが、先日訓子府のスポーツセンターを初めて訪れました。こちらは平成31年より開かれたということで施設自体が新しく、設備も充実しています。その日は利用者さんとフットサルをしました。ボールも専用のものが置いてあるので、動きやすい服装と上靴さえ用意すればすぐに始められます。平日の午前中は比較的空いているのではないのでしょうか。広々とした空間で伸び伸びと身体を動かせて私もリフレッシュできました。1回の個人使用料が100円というのもありがたいですね。朝や午前中のうちにウォーミングアップから始め一定時間運動すると、血流が全身を巡って一旦しっかりと温まるのでオススメです。さらに自律神経も整い、それが食欲にも繋がっていきます。運動後の食事は格別！ただ、動いた分食べていいというちょっとした口実があるのでもっと多く食べてしまつたりして…要注意です！いずれにしても冬の間も室内で動くことは可能です。この冬はぜひ動いて温まりましょう！

移動支援事業所「どんぐり」 文：豊嶋泰輔



冬の運動

Winter Exercise



Farming is Fun, Part 3

農業は楽し その三

生活支援事業所「ほっぷ」 文：喜多村恒夫

ほっぷでの主な作業は農作業です。皆さん、作業服に着替えてよく頑張ってきました。毎年、同じことの繰り返しですが、今年も後片づけが終わろうとしています。毎週金曜になみきハウスの駐車場で行っていた野菜の販売では、保護者の方やご近所の方が買いに来てくださり、有難く思っています。さて、これまで朝日町の畑地をお借りして行っていた農作業も、今年で借地を返却しなければなくなり、ビニールハウスの解体・撤去を終えたところです。アスパラや多くの苗を育ててきたこの場所を離れるのは、とてもさみしい気持ちです。一部をなみきハウスの敷地に移動させて、育苗作業を行う予定です。これからは室内作業（豆取りと選別・袋詰め）になり、3月まで続きます。単純作業ですが、始めるとなぜかやめられない、これも楽しい農作業の形です。





Wooden Education Experience 2023 in TSUBETSU

木育体験 2023 in 津別

原稿提供：小澤由希

11月4日(土)木育体験に行ってきました！場所は津別町にある「ノノの森」！ここでは森の顔線作りや焚火体験を行いました。森の顔線作りでは、まず、森の中に落ちている枝や葉っぱ等を拾い集めました。ただ、前日に雨が降っていたため、ぬかるみが溜り足を滑らせる子もいましたが、楽しく拾い集める事が出来ていました！その後、「ノノの森」のネイチャーセンター内で顔線作りを行いました。皆さん集中してそれぞれの顔線を作って、テープを沢山使う子・ボンデで固める子等、作り手によって様々な形の顔線完成させていました！昼食時にはココアを用意していただき、昼食と共にココアで身体を温めながら休憩し、午後からは焚火体験を行いました。焚火体験では、マシュマロや鈴カステラを焼いた他に今回パンを焼く体験を行いました！パンは少し時間かかりましたが、焼いた後は蜂蜜等をかけて美味しく食べている姿も見られました！木育体験は今年も大成功！子ども達もとても楽しそうに参加していました。木育マスターの上野様、及びオホーツク総合企画局森林業務課の皆様、今回もご協力いただき、誠にありがとうございました。



I hope you have a good time. 楽しい時間を過ごせられる様に

放課後等デイサービス事業所「ぼっくる」
文：田中冨樹

今年も残す事あと少し、皆さんはどの様にお過ごしですか？「ぼっくる」の利用者さん達にとっては楽しいイベントが目白押し、クリスマスや大晦日、お正月、そしてお待ちかねの冬休み、みんなニコニコです。また、冬休みは子ども達にとって、学生生活とは異なる貴重な経験、体験をする機会でもあります。「ぼっくる」では、バスに乗って買い物や食事に行ったり、特別な料理(クリスマスケーキなど)を作って食べたり、また、クリスマス会で普段は交友の少ないお友達と遊んだり、リフレッシュはもちろん自己成長出来る場でもあります。しかし、彼ら彼女らにとって最も楽しみにしていることは、家族との特別な時間でしょう。長い間会えていなかった親戚や祖父母と会って、何気ないおしゃべりをたくさんして笑ったり、一緒にご飯を食べたりと楽しみは一杯です。「ぼっくる」のみんなはもちろん、会報を読んでくださる皆さまにも楽しんで貰える様に、これからも精進していきますので、宜しくお願いします。それでは皆さま、良いお年を。



I hope we can hold it this year! 今年こそ開催したいね！

放課後等デイサービス事業所「の一む」
文：山川圭一

あっという間に年末です。毎年のことですが、12月は冬休み、クリスマス、大晦日とバタバタと忙しい日々が過ぎていきますね。12月といえば、みんな楽しみにしているクリスマス会☆今年はクリスマス当日の12月の25日(月)に行きたいと思います☆去年は大雪警報で残念ながら【ほくおうハウス】での開催はありませんでしたが、今年はハウスにサンタさんが来てくれることをみんなで願いましょう(笑)そして去年は「アート活動」で年賀状を11～12月に作成していましたが、今年もあるモノを作成していますので、お楽しみに！さて12月の「の一む」の活動は、定番の脳トレや工作、身体を動かす活動やお誕生日会もあります。下旬にはクリスマス会や宝探しゲームもありますので、しっかりと体調管理をしながら、元気いっぱいに来所して楽しんでくださいね(^^)～☆



before you know it, it's the end of the year 気がつけば年末

放課後等デイサービス事業所「にんぐる」文：矢作裕子



毎年の如く言っておりますが、本当に早いです！！「新年明けましておめでとう～」と書いた記事からもう～年末ですよ！！ビックリします😊皆さんは今年1年、どの様にお過ごしだったでしょうか？私事ですが…新年早々に、介護福祉士の国家試験からスタートして、2・3月と相次ぐ愛犬を見送りました。(共に17歳と長生きでした)5月からは新型コロナウイルスも5類に移行し、皆さんも行動範囲が広がったのではないのでしょうか？私も4年振りにオホーツク圏から脱出し、最愛の愛犬ナナを連れて旭川・富良野へと観光をしてきました。秋には「オンネトー」へ紅葉を見に行き、秋を感じながら帰りには相生の「クマヤキ」を買って食べました。12月31日には矢作家総勢17名にて温泉旅行のプランを立てています。私の兄弟4名で両親に温泉をプレゼントし、子ども・孫で親孝行をして今年1年を締めくくりたいと思っています。さて、「にんぐる」はどの様な1年だったかを一言で申し上げるならば「開花」の時期だと思います🌸4月・新1年生1名、7月・小学2年生1名、8月・5歳1名、9月・5歳2名、5歳1名、11月・5歳1名と、合計7名の子どもたちが仲間入りをしました！！ますます「にんぐる」はにぎやかなハウスになります。これは、現在「にんぐる」をご利用頂いているお母様からのご紹介、北見市子ども総合支援センター「きらり」様や、支援センターに通所されているお母様からのご紹介だったり、多くの皆様に感謝の1年でもあります。私が入社したのはちょうどコロナ禍であったため、法人内の放課後等デイサービス3事業所合同での行事がなかなかできずにいましたが、今年の夏には初めて「スイカ割り大会」をこうえんハウスにて実現することができました🍉気温35℃近い猛暑の中でも子ども達は大いに盛り上がり、その割れたスイカをハウス内でみんなが一緒に食べた時の、子ども達の笑顔はとても輝いていました😊秋には「紅葉」を見に行ったり、「ハロウィン」を楽しむ事も出来ました😊もう少しで子ども達が1番楽しみにしている「クリスマス会」もあります🎄みんなで楽しみたいと思います。そして季節は冬・・・寒さも雪も冬本番になってきます。「インフルエンザ」も流行していますが、皆様お気をつけて楽しい年末年始をお迎えくださいね。

放課後等デイサービス の〜む 01月

日	月	火	水	木	金	土
01	元日	自由遊び	自由遊び	ドライブ	書き初め	お話の日
07	08	09	10	11	12	13
休み	成人の日	初詣に行こう	脳トレ	工作(50円)	買い物に行こう ※250円の手帳ください	お話の日
14	15	16	17	18	19	20
休み	身体を動かそう	屋外活動 ※お天候でお断りします	アイロんびーズ(50円)	身体を動かそう	脳トレ	テーブルゲーム
21	22	23	24	25	26	27
休み	工作(50円)	脳トレ	DVD鑑賞会	身体を動かそう	お誕生日会(100円)	自由遊び
28	29	30	31			
休み	脳トレ	身体を動かそう	お楽しみ会(100円)			

放課後等デイサービス にんぐる 01月

日	月	火	水	木	金	土
01	元日	自由遊び	自由遊び	福笑い	身体を動かそう	休み
07	08	09	10	11	12	13
休み	DVD鑑賞会	津別図書館へ行こう	初詣に行こう	雪あそび ※防寒具の用意をお願いします	テーブルゲーム	休み
14	15	16	17	18	19	20
休み	ジュースを買い物に行こう ※200円の手帳ください	工作(50円)	新聞遊び	塗り絵や点遊び	シール遊び	休み
21	22	23	24	25	26	27
休み	テーブルゲーム	チェリング	リズム遊び	身体を動かそう	お誕生日会(100円)	休み
28	29	30	31			
休み	ボウリング大会	雪あそび ※防寒具の用意をお願いします	DVD鑑賞会			

放課後等デイサービス ぼっくる 01月

日	月	火	水	木	金	土
01	元日	お休み	お休み	室内活動	05	06
07	08	09	10	11	12	13
休み	成人の日	初詣に行こう (5円をご用意ください)	かるた大会	お茶会 デリバリー	3連連続	休み
14	15	16	17	18	19	20
休み	和スイーツ(150円)	身体を動かそう We	SST	コグトレ	福祉資材センター(100円)	休み
21	22	23	24	25	26	27
休み	身体を動かそう	学びタイム お茶会	清掃	はさみ講習		休み
28	29	30	31			
休み	学びタイム 伝説カマ	掃除	作業 DVD鑑賞会			