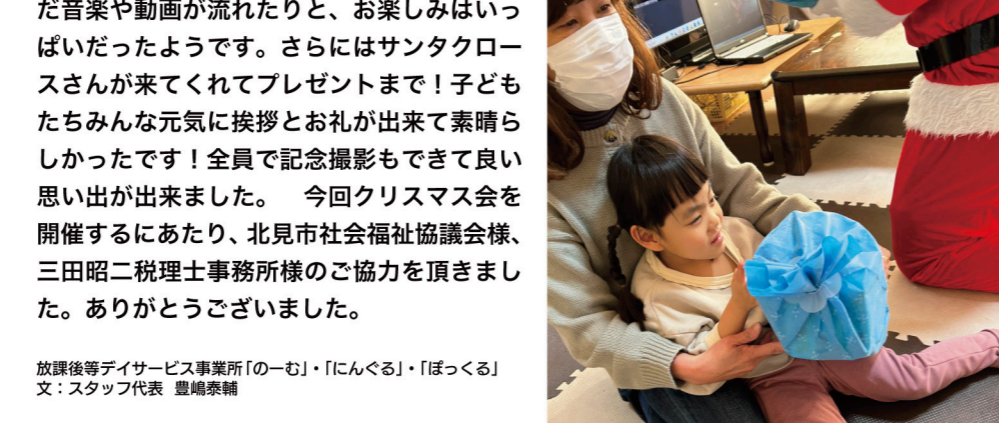




昨年、12月25日月曜日に児童期のクリスマス会を開催しました。今回も感染症対策のため3事業所それぞれに場所は分かれたましたが、Zoomで各事業所の様子を画面上でつなげて合同というかたちをとりました。初めて参加してくれた利用者さんもいて、不思議そうにモニターを眺めているのが印象的でした。同じ法人内でも事業所が違くと普段の関わりが少ないので、こういった機会に交流が持てたことは良かったと思います。また、手作りケーキを食べたりクリスマスにちなんだ音楽や動画が流れたりとお楽しみはいっぱいだったようです。さらにはサンタクロースさんが来てくれてプレゼントまで！子どもたちみんな元気に挨拶とお礼が出来て素晴らしかったです！全員で記念撮影もできて良い思い出が出来ました。今回クリスマス会を開催するにあたり、北見市社会福祉協議会様、三田昭二税理士事務所様のご協力を頂きました。ありがとうございました。



放課後等デイサービス事業所「のーむ」・「にんぐる」・「ほっくる」
文：スタッフ代表 豊嶋泰輔



TOMUTE MAGAZIN

<https://tomutenomori.or.jp>

2024 YEAR
FEBRUARY
No.227



生活支援事業所「ほっふ」や放課後等デイサービス事業所「ほっくる」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ひいたします。

就労支援事業所「すてっふ」の利用者さんの作業となっている給食等での食器洗いで使用する「食器用洗剤」。布巾等の洗濯に使用する「洗濯用洗剤」を募集しております。ご家庭で不要の洗剤がございましたらご寄付いただけますでしょうか。皆様のご協力をお願いいたします。

能登半島地震災害支援募金
ご協力のお願ひ

とむての森では、元旦に発生した能登半島地震災害支援募金活動を行っています。ベーカリーカフェ ローブ店舗に募金箱を設置しております。パン・雑貨等をご購入の際には、ご協力をよろしくお願ひいたします。頂きました寄付金は、日本財団様を通じて全額寄付いたします。皆様のご支援、ご協力をよろしくお願ひいたします。

●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	●三田昭二税理士事務所様 ・クリスマスプレゼント（お菓子）	●宮林幸子様 ・ティッシュペーパー、アルミ缶
●三輪久美子様 ・アルミ缶	●成田紹人様 ・洗濯用洗剤	●小椋逸様 ・お餅
●ときわホルモン様 ・台所用洗剤、スポンジ、タオル、ウエス	●瀬口春華様 ・トイレトペーパー、ジュース、ウエス、ティッシュペーパー、アルミ缶	●マルハン端野店様 ・お菓子
●柴山ひみ子様 ・アルミ缶	●岡田理来様 ・クリスマスプレゼント（お菓子）	●黛和美様 ・正会員（議決権あり）
●乾夏樹様 ・トイレトペーパー、ティッシュペーパー	●馬淵由美様 ・クリスマスケーキ、ドリップコーヒー	●長谷みどり様 ・会員（議決権なし/寄付金なし）

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「すてっふ」 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 ローブ
●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「のーむ」 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「ほっくる」 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「ほっふ」 苦情対応担当：高橋治仁

皆さまには日頃からとむての森の活動に対してご理解やご協力をいただき誠にありがとうございます。今年も元旦から能登半島地震が発生し、翌日には羽田空港での航空機事故が発生するなど波乱の幕開けとなりました。ご逝去された方々に心から哀悼の誠を捧げたいと思います。また、1日も早く生活環境が改善され、復興へと向かうことを願うところです。とむての森では募金活動をスタートさせています。いただいた募金は日本財団を通して寄付をする予定です。なお、能登半島への直接支援については状況を見極めながら可能な範囲で検討しますが、少なくとも現地で生活物

資などが購入できるまで回復してからの派遣になると考えていますので、状況を見極めながら関係団体と協議して行きたいと思ひます。さて、本年は介護保険や障害福祉サービスなど社会保障に影響がある制度や報酬を見直す年となります。概要は見えてきましたが、詳細が示されるまではもう少し時間がかかりそうです。障害福祉サービスは、介護保険とは違って「サービス利用のあった実日数」で法人に入る報酬が決まる仕組みのため、感染症の流行や悪天候の影響で利用されない方が増えたり、休業になる日が増えると大きな減収になるものです。制度上はやむを得ないことなの

ですが、法人の運営には大きな影響を及ぼすことに繋がり、大きな課題となっています。法人としましては、天候悪化はどのようなものでも可能な限り予防に努めていただけるように工夫しながらサービス提供を進めたいと考えております。皆さまにおかれましてもご理解とご協力をいただければ幸いです。これから本格的な寒さもやってくる時期になります。くれぐれもご自愛ください。

特定非営利活動法人とむての森
代表理事 平賀貴幸

photograph：3事業所合同「クリスマスイベント」（ご協力：三田昭二税理士事務所様）



For your enjoyment
愉しむためには

放課後等デイサービス事業所「ほっくる」
文：田中豪樹

「ほっくる」では長期休暇中にバス練習の活動があります。実際に市内バスに乗って買い物に出かけたり、ご飯を食べにいたり、ゲームセンターなどへ行って遊んだり、子ども達にとってはとても楽しみにしている活動の1つです。ただ、長期休暇中という事はみんなが苦手としているアレがあるんです、そう宿題です。普段は「後でやる」「嫌だな～面倒くさいな～」など、ネガティブな様子が見られる事もあるのですが、この日は違います。「バスがあるから先に終わらせておくれ。」「後で嫌な思いしたくないからやっておくれ。」等々、「ほっくる」に到着すると同時に宣言してから取り掛かっています。その後、宿題が終わるとキラキラした目で外を眺めていたり、「〇〇さん、何か手伝いする事はありますか？」など、この日は普段の1.5割増し位のやる気に満ち溢れています。なお、今回はゲームセンターに行って、みんなでエアホッケーやブリクラ、UFOキャッチャーなどを楽しんでいます。とっても楽しんでくれて、こちらも嬉しかった冬休みでした。



Winter Vacation
冬休み

放課後等デイサービス事業所「のーむ」
文：小貫美洋

大変な冬 Hard winter
放課後等デイサービス事業所「にんぐる」文：矢作裕子

2024年がスタートして早2ヶ月が経ちましたね！私事ですが、1月1日元旦に温泉旅行からの帰り道で交通事故に遭い、私の大事な車が壊れてしまいました。お相手の車が赤信号の見落としでした。新年が明け元旦からの私のテンションは下がりがまくりでした。ですが、その数時間後に、能登半島沖地震のニュースが飛び込んできて、「石川県の人達から見たら私の事なんてかすり傷のようなものね。落ち込んでいる場合ではない！」と言う気持ちになりました。さらに1月2日の羽田空港飛行機衝突事故と、これまた大きなニュースが舞い込み、年明けから不幸が続く不安な気持ちになりますね・・・でも、そんな暗い世の中を吹っ飛ばすほど元気な「にんぐる」です！昨年12月に未就学のお子さんのクリスマス会では、毎年お世話になっております三田昭二税理士事務所様よりサンタクロースを連れてきて頂き、子ども達は大喜び！素敵なプレゼントまで頂きありがとうございます。寒さも今をピークに厳しい冬がまだまだ続きます。インフルエンザや、コロナもまだまだ落ち着きません。外から帰ってきましたら、手洗い・うがいをしっかり行い菌を追い払って皆さん一緒に頑張りましょう。

放課後等
デイサービス
のーむ 03月

毎週 日曜・祝日はお休みです。

日	月	火	水	木	金	土
					01 工作 (50円)	02 テーブルゲーム
03 休み	04 ひな祭り (100円)	05 DVD鑑賞会	06 外遊び (100円)	07 習字	08 脳トレ	09 お話の日
10 休み	11 アーチェリー	12 脳トレ	13 買い物へ行こう (200円)	14 卓球スクール (100円)	15 身体を動かそう	16 テーブルゲーム
17 休み	18 脳トレ	19 工作 (50円)	20 自分の日	21 身体を動かそう	22 お誕生会 (100円)	23 お話の日
24 休み	25 散歩	26 お楽しみ会 (100円)	27 脳トレ	28 アイロンビーズ (50円)	29 ドライブ	30 お話の日
31						

放課後等
デイサービス
にんぐる 03月

毎週土・日曜日はお休みです。

日	月	火	水	木	金	土
					01 習字	02 休み
03 休み	04 ひな祭り (100円)	05 雪あそび (100円)	06 シール遊び	07 脳トレ (100円)	08 DVD鑑賞会	09 休み
10 休み	11 テーブルゲーム	12 工作 (50円)	13 塗り絵 (点描)	14 ホワイトDAY (100円)	15 新聞遊び	16 休み
17 休み	18 結合せカード	19 脳トレ (100円)	20 DVD鑑賞会	21 身体を動かそう	22 お誕生会 (100円)	23 休み
24 休み	25 ボウリング大会	26 宝探しゲーム (50円)	27 チェリング	28 東武ゲームセンター (300円)	29 おやつを選んで食べる	30 休み
31						

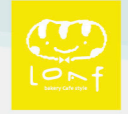
放課後等
デイサービス
ほっくる 03月

土日はお休みです。

日	月	火	水	木	金	土
					01 ひな祭り (100円)	02 休み
03 休み	04 SST	05 ダンス体操	06 実験	07 コグトレ	08 掃除	09 休み
10 休み	11 掃除	12 作業&Wii	13 SST	14 ホワイトDAY (100円)	15 学びタイム	16 休み
17 休み	18 卓球スクール (100円)	19 自分の日	20 春分の日	21 お買い物練習	22 SST	23 休み
24 休み	25 サイコロ	26 思い出トーク	27 子ども振り取り大会	28 DVD鑑賞会	29 卒業生を送る会 (100円)	30 休み
31						



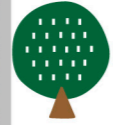
これを書いているのは1月の中旬で、もお2月の会報?!と思いながら打っています(-_-) 年明けから地震や航空機事故と、なんと表現していいのかわからない心苦しい出来事がありました。少しでも早く普段の生活ができるようになればいいと思うと共に、自分たちも何時どんなことが起こるか分からないんだという考えで、備えておくことが大事だと思いました。 コロナ関連が緩和されたということもあり、1月24・25日はすてっぶのメンバーさん達が待ちに待った研修旅行です。決まってからは「もう少しですね旅行〜」「あと〇日!」とほんっとに楽しみにしています。網走と近場ですが、予定ではお風呂入ったりご飯を食べカラオケしたりと『みんなで』という普段と違う楽しみがあり良い思い出となりそうです。来月の会報で楽しかった報告が出来ればと思います。 2月といえば「節分」「恵方巻」「バレンタインデー」「1カ月が短い」等が思い浮かびますが、やはりバレンタインデーじゃないでしょうか。好きな人にお世話になってる人に・友達に・自分にと色々ありますね(今は他にもあるのかしら?)。義理でももらえると嬉しいはず(≧▽≦) 今年もフワフワした時期がきますね〜。いつだったか、もらう前からお返しの話をしていたメンバーさんがいたっけ(* 艸) ……楽しみです! なんだかんだと2月は短いのであつという間に過ぎてしまうと思いますが、1日1日を大切に楽しく過ごせるといいです。 ローフではバレンタインデーにちなんだ商品等が並ぶと思いますので是非ご来店くださいませ〜。



February is short
二月は短し
ペーカリーカフェLOAF
文: 佐藤美保



『すてっぶ』のメンバーさん・我々スタッフはちょっと長い年末年始休みを頂きました。ゆっくり過ごすことが出来たでしょうか?お休みに入って2日後には仕事に行きたくてウズウズしていた・・・という声も聞こえてきました。仕事熱心でなんて素晴らしいのでしょう!スタッフも見習わないといけませんね(笑) さて季節は廻り「鬼は外」「福は内」の季節です。言葉の通り、「邪気や災いを外に出して、代わりに幸福を内に呼び込む」そんな年になれば良いと願いつつも、元旦から悲しいニュースが続き…ハッピーな気持ちにはなれないという方も居られると思いますが、いつも通りの日常を楽しむことや募金が出来れば1円でも募金をすることが被災地の支援にもつながるそうです。 日常を楽しむという事は仕事も行事も色々な物事を楽しもう!!ということで、先月も少しお話ししましたが年末のランチ忘年会は、数年ぶりに待ちに待った焼肉バイキング「ウエスタン」へ行ってきました!!最初から最後までテンションアゲアゲ↑↑だったようで、お皿の数が尋常じゃないくらいの量を平らげて…満足した表情で2023年の仕事納めとなりました。強いて言えばケンタッキーが無かったのがちょっと残念だったでしょうか…? (笑) 年末にかけて保護者様からジュースやケーキの差し入れも頂き、みんなで美味しく頂きました!いつも本当に有難うございます!研修旅行についてはまた次号の会報にてお伝えできればと思っております(^^) イベントに参加されない方も自分のペースで物事を積み重ねる元気に活動されています。各々に寄り添った支援が出来る様にサポートしていけたらと思っています。



Enjoying Everyday Life
日常を楽しむ
就労支援事業所「すてっぶ」 文: 荒谷晴日



次号、4年ぶりに開催した“研修旅行”について!

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
ドリンクを買うだけでできる、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。

じよんの買物でだれかを幸せにするのよ。
イオン 幸せの黄色いレシート since 2001
買物 → レシート → 選ぶ → 幸せ!!

とむでの森は、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いています。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「とむでの森」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。
・とむで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、お問い合わせください。

Everyday Life in "studio Bremen"
ブレメンの日常
文: 伊藤栄一

昨年末に一般社団法人障がい者スポーツ・アート・ミュージック振興協会(HANSAM)様からご提案いただき「旅する絵の

原さん、清尾さん、白石さん、蛸子さんの7作品が採択されました。ご登録いただければどなたでもレンタルできますので、オフィスや飲食店などは是非ともご検討ください。
webサイト (https://tabigalla.com)

旅する絵のギャラリー
studio BREMENの Instagram
@STUDIOBREMEN



Winter Activities 冬場の活動

みんなの畑 こんね 文：佐藤千鶴子

2024年がスタートし、一ヶ月ほど経ちました。今年はどうな年になってしまうのか…と少し不安になりますが、日々健康に過ごせることに感謝し、1日1日を大事に生きていかなくては！とつくづく感じています。こんねメンバーは、いつもと変わりなく元気に活動しています。この時期の作業は『豆取り』がメインとなっています。この作業を始めて何年になるのかと思返してみると、“みんなの畑 こんね”として畑が始まった年からののでなんと10年になります。勿論もっと前から行っていたメンバーもいます。なので、もう慣れたものです。一年目は大豆だけでしたが、豆の種類も年々増え、今では黒大豆・金時豆・前川金時・とら豆・白花豆・小豆など9種類ほどになっています。農家さんのご協力もあって毎年たくさんの豆を収穫することができ、メンバーの冬場の大事な作業となっています。これだけ種類があると、今日は金時豆、明日は大豆…と飽きずに作業できます。また金時豆のように大きな豆が得意だったり、逆に小豆のように小さな豆の方が集中出来たりと、一人ひとりに合った豆で落ち着いて作業に取り組むことができます。今日の作業として2種類の作業を提示し、それぞれに作業を選択してもらってはいますが、『豆取り』を選ぶことが多くなっています。中には段ボールいっぱいに入った豆を1時間ほどで終わらせてしまうメンバーもいるほどです。毎年の作業となっていますが、メンバーにとってとても良い活動の一つです。ただ、毎日室内でずっと豆取り作業となると体力もどんどん落ちてしまいます。なので、この時期は天候や体調を見ながらはなりますが、ウォーキングも行っています。歩くことが好きなメンバーも多く、毎日少しずつウォーキング活動もしています。黙々と歩くメンバーもいますが、歌をうたいながら、おしゃべりをしながらと、それぞれが楽しく歩いています。年が明け、陽は少しずつ長くなってはいますが、最低気温が-20℃を下回る日があったりと2月・3月はまだ寒い日が続きます。体調に気をつけながら楽しく活動していきたいと思えます。

～こんねからのお知らせ～
メンバーが冬場の作業として行っている豆取り。その豆をより分ける作業も少しずつ始まっています。販売もしておりますので、気になる方はお問い合わせください。どうぞ宜しくお願い致します。



Reward yourself 自分へのご褒美

移動支援事業所「とろっこ」文：豊嶋泰輔

まだまだ北海道の厳しい冬は続きますが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。私は相変わらず外を走っています。朝方、国道を無我夢中で走っている人がいればそれは豊嶋かもしれません。夏の方が走りやすいという自分の既成概念を壊したいという思いもあり、多少の雪が降っていても走るようにしています。運動しているおかげか最近では体調もすこぶる良く、このまま習慣化して継続していきたいです。さて、少し話は逸りますが、昨年末のクリスマスにプレゼント、あるいは年明けにお年玉を貰った方は多くいらっしゃるのではないのでしょうか。それは相手から自分への贈り物ですよね。では、自分自身に贈る“ご褒美”的なものを購入した方はいらっしゃるのでしょうか。こちらは意外と少ないかもしれません。移動支援でもお買い物に行く機会があります。おつかいやご家族への贈り物を購入される方が多いですが、もちろん自分の好きなものを買われることも大いに結構です。日々頑張る、頑張った先に自分へのご褒美があればもっと頑張れる！ということもありますよね。ご褒美までとは言わなくとも、せっかくの月に一度の移動支援なので楽しみにして頂けたら幸いです。そのためにも、私も今一度利用者さんやご家族に寄り添い、安全・安楽な支援を心掛けて参ります。宜しくお願い致します。




氷割り 春待つ人の砂時計

Ice breaker Hourglass for people waiting for spring

生活支援事業所「ほっぷ」文：浅野正樹

極寒、大雪の2月に入りました。今年は閏年で29日がありますが「2月逃げる」と言われるように、あっという間に終わってしまう月間。1月末生まれの自分は正月に続いて新たな1年が始まる、割と好きな月であったが、歳のせいかな寒がりでも神経痛になってからは辛さも正直感じる。でも雪が深々と降ったり雪の被った山を見るのがやっぱり好きだし、除雪も趣味と言っているほど行っている。きれいに積まれた雪山、ていねいに掻かれた歩道や駐車場。きっとわたし同様楽しく、こだわった人の除雪だと通るたびに思う。暖かい環境で平和で見られるからであり、除雪その他もほとんどに行えば運動にもなるというもの。嬉しい事に、通勤と買物で歩く自宅よりやや離れた道を除雪していたのだが今シーズンは誰かが先に行ってくれている。さてここ数年は雪が少なく出番が少なくなっている除雪ボランティアに、ほっぷの利用者さんも同行しています。運動や気分転換になればいいのですが本人の嗜好に任せるしかありません。少しでも日光に当たる活動にもなればいいのなんて思っています。年末にはランチ忘年会なるものをコロナ禍で行って来ましたが、今回は久々に焼きそばを皆で作って食べました。来年度はイベント事も復活か？冬も短くなって来ているような昨今、氷割りが始まれば、そろそろ企画を立て出す今日この頃。



Beens "n" Chocolate

ホームヘルパーサービス事業所「どんぐり」文：鹿野杏介

人生はチョコレートの箱のようなものだ、開けてみるまで分からない。そして、バレンタインデーも当日まで何個貰えるか分からないので毎年念の為に4トントラックを用意している鹿野です。先月号の答えは、フランツ・カフカの「変身」でした！なんの事かわからない人は先月号を見てね！二月と言えばバレンタインデーが節分か二・二六事件しか話題がないですが、鹿野はそれらを全部無視して能取半島地震の話をしたいです。まだまだ被災した方たちは大変な生活をしていると思います。そんな中、一発名前を売ろうとするYoutuberが被災地をうろついて動画撮ろうとしたり、倒壊した建物から色々盗っていくかっぱらいが出たりしているというニュースを見ました。そんなやつらがいるかと思えば、我々と同業の方たちが休み無しで疾患等がある被災者の方たちの支援をしているというニュースも見ました。まあ人間とは行動にこんなに差が出るものなのですね。危機的状況にこそ人間の本性が出ると思う言えます。あんまりいいイメージの使い方をされない言葉ですが、本性というのは悪い物ばかりではなく善性もあるわけですから、日々自身の内なる善性を育てていきたいと思う鹿野でした。なんかちょっとスピリチュアルみたいな終わり方になりましたが、…

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、、、フォレスト、走って！です！
答えは次号にて！

