

TOMUTE MAGAZIN

<https://tomutenomori.or.jp>

2024 YEAR MARCH No.228



たくさんの
ありがとうを
伝えたい

I Want To Say
A Lot Of
THANKS

いつも いつも ありがとうございます。
とむての森の顧問を務めてくださっている三田昭二税理士事務所様より、2月14日のバレンタインデーに合わせてたくさんの「チュッパチャップス」、3月3日の雛祭りに合わせて「桜餅とうぐいす餅などの和菓子の詰め合わせ」の寄贈を頂きました。毎年、クリスマスも含めて、イベントごとにプレゼントを用意くださり、それを何年も継続して下さっていることには感謝しかありません。毎回、子ども達のとびっきりの笑顔を見られることに、スタッフ一同心より感謝しております。ありがとうございました。

とむての森 スタッフ一同



生活支援事業所「ほっぷ」から 寄贈のお願い

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突いてしまいました。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、肌着などはありますか？
＜ 幅 50%～100% ＞であればタオルシーツでも大丈夫です。皆様のご協力をよろしくお願いたします。

就労支援事業所「すてっぷ」から 寄贈のお願い

就労支援事業所「すてっぷ」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 ご協力をお願い

とむての森では、元旦に発生した能登半島地震支援募金活動を行っています。ペーカリーカフェ ローフ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いいたします。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いいたします。

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くほど、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。

とむて通信の 発行について

日頃より、とむての森の活動にご支援、ご協力を頂きありがとうございます。さて、皆様すでにご存じかと思いますが、2024年秋以降に、郵便料金値上げについての報道がありました。とむての森では、会員の皆様定期的に活動報告をすることが重要との考えから、会報を毎月お届けすることにこだわってきました。今回の報道（普通郵便が現在の84円から110円（約30%値上げ）を受けたことを契機に、経費の捻出以外にも、活動報告のあり方や手段、スタッフの業務負担軽減等も含めて検討をいたしました。毎月会報を楽しみにして下さっていた会員の皆様には心よりお詫び申し上げます。これからも会報やSNSを活用して、より良い活動報告を続けられるようにスタッフ一同頑張りますので、ご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。

【※令和6年度以降の会報は原則、奇数月（5・7・9・11・1・3）の6回の配信となります。そのため、放課後等デイサービス事業所の予定表は、別配布になる月もごさいます。皆様のご理解、ご了承をお願いいたします。】

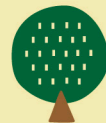
- 皆様からたくさんのご寄付をいただきました。ご協力に感謝し、大切に使用させていただきます。ありがとうございました。
- 西川涼太様 ・アルミ缶、洗剤、ウエス、トイレットペーパー、ティッシュペーパー
 - 三田昭二税理士事務所様 ・バレンタインデー用お菓子
 - 阿部佑子様 ・洗濯洗剤
 - 三輪久美子様 ・アルミ缶
 - 瀬口春華様 ・トイレットペーパー、ティッシュペーパー、アルミ缶
 - 安藤初男様 ・バナナ
 - ときわホルモン様 ・台所用洗剤、トイレットペーパー
 - 中川匠様 ・台所用洗剤
 - 白石由美様 ・トイレットペーパー
 - 柴山ひみ子様 ・アルミ缶
 - 上村裕子様 ・お菓子、カレンダー（アトリエ資料）
 - 小椋逸様 ・ウエス
 - 乾夏樹様 ・トイレットペーパー、ティッシュペーパー
 - 高橋朋幹様 ・アルミ缶
 - 江川俊一様 ・会員（議決権なし / 寄付金なし）

寒さが緩み春へと向かう季節になりましたが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。日頃からとむての森の活動に対してご理解とご協力をいただきありがとうございます。まもなく令和5年度が終わろうとしていますが、コロナ禍を脱したものの感染症の影響はむしろ大きくなり、スタッフもご利用者様やご家族にも影響のある年となりました。その影響は法人の経営にも厳しい影響を及ぼしており、「日額による報酬」を基本としていることもあって、減収に直結した

感が否めない状況となっています。そのため対策をスタッフも工夫しながら進めておりますが、新年度に向けて事業の再構築を進める必要があると考えています。こうした状況の中で3年に1度の制度改定及び報酬単価の改定がありました。内容が複雑なと情報が遅いこともあって、現場と事務局は苦勞していますが、なんとか4月には間に合うように調整したいと思います。さて、**来月から新年度になりますが、この会報の発行に変更があります。発行が年6**

回、奇数月になります。（P8詳細） 郵送料含めて物価高騰のため、発行回数を抑制していくことになりました。大変心苦しいのですが、ご理解をいただければ幸いです。とむての森では引き続き経費の適正化を進めながら、事業の再構築や新分野への挑戦も含めて検討と実践を続けてまいります。今後ともご理解とご協力をいただければと思いますのでどうぞよろしくお願いいたします。

特定非営利活動法人とむての森
代表理事 平賀貴幸



Long-awaited study tour 待ちに待った研修旅行

就労支援事業所「すてっぷ」 文：荒谷晴日

春の陽気が感じられるこの頃ですが、少し時期を振り返りまして…1月下旬に待ちに待った一大イベント！数年ぶりの研修旅行（場所は網走）が実施されました。今月号はその様子を少し簡単にお伝えしようと思います。

研修旅行のスケジュール

- 1 午前中は通常のお仕事**
(ソワソワしながら取り組みました)
- 2 楽しい給食を食べて、いざ出発！**
(いつもより皆食べるのが早い！準備も早い！)
- 3 日帰り温泉でまったり**
(網走湖荘で露天風呂とサウナ体験)
- 4 道の駅でお土産**
(やっぱり定番の白い恋人！&ご当地限定グッズ♪)
- 5 ホテルにチェックイン**
(ドキドキな部屋割り発表！)
- 6 居酒屋で宴会 & ビンゴゲーム**
(アルコールもOK！なんと念願のアルコールデビューする方も！)
- 7 夜更かしカラオケ**
(おつまみ付き！)
- 8 ホテルでのんびりして就寝**
(疲れもあり、すぐにスヤスヤ寝息が聞こえています)

と盛りだくさんの内容を計画させて頂きました！しかし、帰って来る日が荒天予報だった為、保護者の皆さまには大変ご心配をおかけしてしまい、申し訳ありませんでした。皆さん、研修旅行に行くことが決まった日から話題に出さないことは無かったように思います。旅行当日も各々ソワソワしてしまい、午前中の作業がなかなか進まないということがありました。そこは大目に見ています（笑）「とても楽しかった」「次回の旅行先はどこですか？」等の感想が聞こえ、スタッフ一同安心しました。お友達同士の同室での宿泊練習も貴重な体験になったかと思います。また、今回の旅行に参加されなかったメンバーさん方には作業所のお留守番を任せて、通常とは異なるスケジュールで頑張ってもらいました。まず分解作業では、いつも以上にレベルアップした個数を集中的に行なってもらい、創作活動では普段よりも人数が少ないということもあり集中できる環境で行なうことで、達成感のある作業になったかと思います。また来年度も様々なイベントを計画しておりますので、乞うご期待ください。



More customers when you talk to them??
話すと増えるお客様??

ペーカリーカフェLOAF
文：戸井田修一

卒業や入学を控えるこの時期は、親子で来るお客様をよく見かけるようになります。大きく環境が変わるわけではないけれど、やっぱりローフもそんな時期が来ることもあり。そんな時はできるだけいつも通りにも通りますが、なんとなくいつもと違うなあと感じることもあるようで、ちょっと疲れてしまう人もいます。変化に負けず乗り越えて成長したと言えるくらいになりたいものです。バレンタインデーも終わり、ホワイトデー！その前に雑祭りとイベント事はそのころあります。進級や進学を控えている家庭は大変な時期でそれどころではないかもしれませんが。最近パンの売れ行きが好調なローフです。日替わりのお弁当やサンドイッチをみながら今更以上で頑張っているんです。ライ麦パンやフランスパンを目当てに來てくれる方も増えたような気がします。（私がお客様とお話しするこ

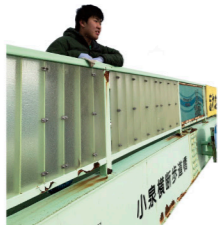
とが増えたと思うので何度も来てくれている人が増えている・・・はず・・・）金曜日に焼いている全粒粉のパンは購入する方がみんな『おいしかった！』と喜んでくれる人気商品で、作っている職人も『今まで一番かもしれない。』と誇りに思っています。運よく見つけた方はぜひぜひ手に取って見て下さい。サンドイッチを作る人、お弁当の盛り付けをする人。自分の作った商品が売れ、美味しかったよ。なんて声をかけられた日には気分十分の準備万端で用意しています。作る人も買いに来られるお客様にも楽しんでもらえるように、ちょっとめずらしい商品を作ったりもします。インスタグラムやフェイスブックで新商品などその日の様子が観られるので時間のある時にぜひフォローをお願いします。





What you can do now
今できること。

みんなの畑 こんね 文：佐藤千鶴子



最低気温が-20℃を下回る日があった 2 月。一年で最も寒い時期を終え、少しずつ春に近づいています。3 月に入ると日中の気温は+5℃前後になり、除雪された雪山は日に日に小さくなり 40cmほど積もっていた畑の雪もあと少しです。 こんねの畑でも 3 月中旬頃から育苗ハウスにビニールを張り、種蒔きを始めて行く予定です。昨年までは少し離れた場所に育苗ハウスがあった為、急な天気の変更があった時には慌てて車を走らせハウスに向かったこともありましたが、今年からは事業所の横の敷地内に育苗ハウスがあるので天気問題に水問題、トイレ問題も気にせず安心です。心配な事と言えば、、、事業所近くには山や川、民家も多い為、キツネやタヌキ、猫といった動物の被害がありそうなのでそこが悩みの種でしょ

うか。こんねメンバーも春の畑作業に向け準備を始めています。この時期になると種屋さんから新しい本が届くのでまずは種選び。本と一緒にしながら、「メロンにスイカもいよいよね!」「花豆は絶対!」と言うメンバーもいれば、「今年はひまわりかな!」と野菜よりもきれいな花を選ぶメンバーもいます。でもやっぱり定番のミニトマトにキュウリにナスでしょうか。人気のトウモロコシも忘れずに注文したいと思います。他にもこの時期の作業といえば、除雪作業もあります。この作業にも慣れているメンバーですが、気温が高くなると雪も重くなるのでいつも以上に力が必要となります。それでも、スコップで少しずつ雪をすくい、雪山に捨ててくれます。この除雪作業も嫌がらずに行ってくれています。除雪作業は一人より二人。二人より三人なので、嫌がらずに作業してくれるメンバーに感謝です。汗だくになりながらも楽しそうに取り組んでいる姿に、いつも成長を感じています。本格的に畑の作業が始まるまでもう少し。今出来る事をメンバー皆と一緒に力を合わせて頑張りたいと思います。



Spring will soon be here,
so why not get a little fancy?

もうすぐ春ですね、
ちょっと気取ってみませんか?

ホームヘルプサービス事業所「どんぐり」 文：鹿野吉介

“春はあけぼの、やうやう白くなりゆくはえぎわ、少し後退して、、、” どうも、親戚を血の近い順に並べると、将来禿げるとしか思えない鹿野です。先月号の答えは、ウィンストン・グルームの「フォレスト・ガンブ」でした! なんの事かわからない人は先月号を見てね! 三月のイベントと言えば、ひな祭りですが、、、どんぐりの利用者さんはほとんど男性なんですよ、、、でも、もともと 3 月 3 日は人形に災厄を押し付けて川に流すお祭りだったようですね、、、北海道ではまだ川が凍っていて流せないですね。女の子も男の子も関係なく厄払いして無病息災を祈るお祭りだったので、インフル・コロナ・風邪のトリプルなこの世の中ではびったりのお祭りかもしれません。 年度末で忙しく、心に余裕のなくなる3月、他人の多少の失敗も、災厄と一緒に笑って水に流してあげる一ヶ月にしませんか? 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、、、十二単! です! 答えは次号にて!



choose by oneself
自分で選ぶ

移動支援事業所「とろっこ」 文：豊嶋泰輔

前回 2 月号のタイトルは『自分へのご褒美』でした。今回は『自分で選ぶ』ということで、“自分”ばかりでうるさく感じるかもしれませんがどうかご了承ください。というのも今現在、当法人内の移動支援の主な利用者さんは成人が大半となっています。その方々が就労支援や生活支援などを受けながら、定期的な余暇活動の一環として移動支援サービスが組み込まれているわけですが、支援員として注意したいのはこちらが一方的にサービスを提供しないということです。利用者さんが希望を持ち、選択し、それを実現できるようにお手伝いする立場であるので、そこには必ずとコミュニケーションが生まれます。利用者さんの「〇〇したい」「〇〇に行きたい」から出発して、では時間はどうする? お金はある? 具体的に何を? など都度ご本人と話し合っ決定しています。正直、担当となった当初は色々と言掛けや手をかけ過ぎたような気がします。しかし、傍で見守ることも時に大事だと感じる今日この頃です。考えたり悩んだりする利用者さんのその過程を蔑ろにするわけにはいきません。その方に必要な情報さえ提供すれば、計算したり、整理したり、予定を立てたりと自分で道を決められる方も多くなりました。はじめは時間がかかるかもしれませんが、許される範囲内で私も一緒に時間をかけて悩みたいと思います。そうして自ら選択し、決めた道がご本人の余暇活動の充実や満足感につながれば何よりですし、さらに将来に向けての経験になればそれに越したことはありません。この 2 年間で利用者さんのイキイキとした“いい顔”を沢山見てきました。今後もそうでありますように。この節目に気持ちも新たに。



Know and learn from
welfare information.

福祉の情報から
知る・学ぶ

生活支援事業所「ほっぷ」 文：喜多村恒夫

とむての森の本部事務所には、毎日のように福祉に関する情報が届きます。新事業所の開設のお知らせ、学習会や研修会の案内、福祉団体の情報誌など様々です。情報の共有のため毎回スタッフに回覧されていますが、私が密かに楽しみにしている月刊誌があります。それは全日本をつなぐ育成会が発刊している「手をつなぐ」です。HPからその歴史を簡単に紹介します。「任意団体で、知的障害者とその家族を支援するための活動を行う民間団体の連合体です。知的障害児を持つ母親3人が提唱し、1952年7月19日に精神薄弱児育成会(別名手をつなぐ親の会)が設立されました。1995年に差別的な言葉を除き、全日本をつなぐ育成会と改名されます。国際育成会連盟 (Inclusion International) や国連などの代表機関との連絡、障害者の雇用・差別禁止・バリアフリーなどに関する法令化に向けた運動を行い政府への助言などマクロ的な活動を行っています。近年ではノーマライゼーションの観点から住み慣れた家、まちで暮らすことを志向するようになっていきます。また、賛助会員向け機関紙の発行、政策動向等の情報発信などの活動を行っています。北見市にも育成会組織があり、昨年は障がい者の模擬投票研修会や施設見学会、療育イベント「映画館へGO!」などの行事も開催されました。私が関心を持ち、皆さんにご紹介したいと思ったのが、2022年11月号の特集記事「グループホームについて」でした。紙面の都合上、次回にしたいと思いますが、卒業後に社会人として活動し、その後に考えなければならぬ大切な課題です。



Before graduation... 卒業を前に...

放課後等デイサービス事業所「ぼっくる」
文：田中蒙樹

今年度もアツと言う間に過ぎて年度末の3月になってしまいました。今年、卒業する子ども達は、小学一年生の頃から知っている子ども達で、成長を間近で見れていたこともあり、昔は〇〇だったのに今では〇〇が出来るようになってきているところを見てきた分、喜びも寂しさも一入です。料理や清掃などの技術面はもちろん、言葉遣いや精神面の成長も見られま

す。昔は調子を崩しがちだった子どもも、今では技術面だけでなく、言葉遣いなども年下のお友達に優しく教えてあげるなど、立派なお兄さん・お姉さんになり、彼ら彼女らの成長する姿を見ているとスタッフとして誇らしさも感じているところです。また、子ども達の成長は、一つの時代が終わり、新たな時代の始まりでもあります。今度は一人の社会人として、仕事や新たなお友達、スタッフとの交流を通して、様々な価値観や文化に触れることで、世界が広がっていくのではないかと思います。卒業後のさらなる成長を楽しみにしつつも、残り少ない「ぼっくる」での時間を楽しんでいきたいと思っています。



We're almost there... あと少しで...

放課後等デイサービス事業所「のーむ」
文：小賀美洋

年度替わりの時期になりました。今年度から「のーむ」を利用している子、継続して「のーむ」を利用している子たちも、みんな楽しく過ごすことが出来たと思います。色々な活動や遊びを通して、出来ることが増えたり、達成感を味わえる事でさらに難しい事にチャレンジする場面が多くみられる1年でした。手先、指先を使う工作やジグソーパズルなどがとても上手に出来る様になったり、終わるまで活動に参加できる集中力だったり、とても成長したと思います。卓球スクールは、機械から飛んでくるボールを打ち返しています。ラケットをほとんど動かさずに手首の角度を調整して打ち返したり、全球スマッシュで打ち返そうと大振りしたりとそれぞれみんな楽しんでいる様子でした。飛んでいったピンポン玉を拾うのが楽しいと話す子もいましたが・・・(笑) この時期は、卒業や進学、進級に向けて不安な気持ちになりやすい子もいるので、その点に配慮しながら見守っていこうと思います。



Here come the demons!! 鬼が来たぞ!!

放課後等デイサービス事業所「にんぐる」
文：北山徹

今年もはや3か月目に入りましたね。2月が終わり、暦の上では春が近づいてきました。この号が皆様の手に渡る頃には、少しずつ暖かくなってきていますでしょうか？自分は毎年2月が一番寒い時期だなと感じています。さて、そんな2月のにんぐるに、寒さも吹き飛ばす恒例のイベントがありました。そう、節分です。みんなが下校して集まった昼下がり、突如としてこうえんハウス（にんぐる）に鬼がやってきました！！最初は驚いていたこともたちも、みんな一生懸命に豆まきをして鬼退治をしています。最初は「うお〜」とつめき声をあげていた鬼もみんなの熱量に負け、「参った！」と降参。最後は鬼も入りみんな仲良く記念撮影を行いました（笑）諸説ありますが、節分の豆まきとは邪念を表す「鬼」を追い払い、一年の無病息災を祈るものとして今日まで続いてきたものなのだそうです。「豆まきも（魔）を滅する」という「豆」になぞらえた語呂合わせなんてお話もあるようです。さて、3月のにんぐるはどんなことが待っているかな？いろいろ楽しみな北山なのでした。

放課後等 デイサービス のーむ 04月

日	月	火	水	木	金	土												
01	バスケットボール	02	脳トレ	03	習字	04	身体を動かそう	05	アイロンビーズ	06	自由遊び							
07	休み	08	身体を動かそう	09	工作	10	脳トレ	11	卓球スクール	12	身体を動かそう	13	お話の日					
14	休み	15	プロフィールボード作り				16	お話の日	17	お誕生会	18	買い物へ行こう	19	工作	20	脳トレ	21	テーブルゲーム
22	お誕生会	23	モックリ	24	買い物へ行こう	25	工作	26	脳トレ	27	テーブルゲーム	28	昭和の日	29	DVD鑑賞会	30		

放課後等 デイサービス にんぐる 04月

日	月	火	水	木	金	土							
01	DVD鑑賞会	02	準別図書へ行こう	03	ドライブ	04	テーブルゲーム	05	粘土遊び	06	休み		
07	休み	08	新聞あそび	09	進学連絡の会	10	風船あそび	11	宝探しゲーム	12	【お誕生会】	13	休み
14	休み	15	縄跳びあそび	16	身体を動かそう	17	チェス	18	シール遊び	19	DVD鑑賞会	20	休み
21	休み	22	お誕生会	23	ボールあそび	24	粘土遊び	25	工作	26	新聞あそび	27	休み
28	休み	29	DVD鑑賞会	30	塗り絵の迷路								

放課後等 デイサービス ぼっくる 04月

日	月	火	水	木	金	土							
01	SS1	02	イースターエッグを作る	03	作業 & Wii	04	体操 + DVD	05	お花見	06	休み		
07	休み	08	工作	09	学びタイム	10	掃除	11	日常生活訓練	12	美術の日	13	休み
14	休み	15	卓球スクール	16	SS1	17	学びタイム	18	掃除	19	ウォーキング	20	休み
21	休み	22	お誕生会	23	春の準備	24	春のお菓子を作る	25	体操	26	お買い物練習	27	休み
28	休み	29	昭和の日	30	町内掃除								