

# 第33回いきいきふれあいフェスティバル開催

# 第33回 いきいきふれあいフェスティバル



絵：河村梨花（羽村特別支援学校）

みんなで楽しくいろんな人とつながろう！

開催日：令和6年7月15日（月）（海の日）

会場：S&Dたまぐーセンター （文化交流センター）

開場：12：30 開演：13：00～

主催：いきいきふれあいフェスティバル実行委員会・一般社団法人すばる

後援：青梅市社会福祉協議会・羽村市社会福祉協議会

お問合せ先：実行委員長 平 求（090-1123-1934）

入場無料

# 通信 ひかる

2024冬号



＜青梅市スケート連盟会長中村様からのコメント＞ 「スケート、楽しい？」 「楽しい～！」 こんな言葉が返って来ました。昨年から引き続き、「らんらん☆すばる」の利用者さんが、青梅スケート教室に参加して頂き、大勢のにぎわいで実施することが出来ました。ありがとうございます。なるほど、インラインスケートをやっているため、立つことから始めるまでもなく、皆さん直ぐに滑ることが出来ました。素晴らしいです。そして、スケート大会では、保護者様も含めて楽しく出来ました。”らんらん☆すばる”のご関係者の皆様のおかげで、青梅スケート教室もがんばって行くことが出来ます。これからも、よろしくお願い致します。

＜理事長挨拶＞ 三寒四温を感じる季節、少しずつ春めいて暖くなり、道端の春の花も綻び始めました。すばるでは、それぞれ支援を必要とされているご利用者様みなさんが、いろいろな体験を通して豊かな人生を笑顔で送っていただけます様に…と常々心がけています。今年度は、インラインスケートの体験を活かして、青梅市スケート連盟よりご理解とご協力を得て、アイススケートに挑戦する事ができました。親子で参加された方も数組いらっしゃって、お子様方の笑顔に満ち溢れていました。どの事業所もそれぞれ、努力を重ね日々を大切に活動しています。来年度も皆様の、深いご理解とご協力を頂き、元気で優しいすばるを続けてまいりたいと思っています。どうぞ宜しくお願い致します。

# らんらん☆すばる「放課後等デイサービス」

青梅市スケート連盟主催の「青梅スケート教室」に朝早くから東大和スケートセンターに出向き、数回のスケート教室に数名の利用者さん、保護者様、らんらんすばるの職員が参加する事が出来ました。青梅市スケート大会の「お楽しみ会」には、らんらんすばるの土曜日利用者さんも加わり、メダルや賞状、ご褒美のお菓子まで頂きました。とても楽しいスケート大会でした。来年も大会に参加させて頂きますので宜しくお願い致します。



カフェだんだんにてXmasスペシャルランチを頂いたり、ありえずと合同でパーティーを行いました。



## 【特集】

<メンバーの親御さんからのコメント> 「すばるシャイニーズ」は、すばるを卒業した、社会人のメンバーです。滝島先生ご指導の下、月に4回金曜日の夕方、すばるさんのご厚意でらんらんすばるの事業所をお借りして、練習をしています。先日福生市民会館で発表がありました。メンバーからの感想を紹介します。「お客様が沢山いて緊張しましたが、楽しく踊れました。」「すばるさんが応援してくれて嬉しかったです。」「BLUEBEEさんと発表が出来て楽しかったです。」「機会があったらまた出演したいです。」また、「メンバーみんなのステージでのキラキラな姿がめっちゃサイコーでした。」と先生からの感想を頂きました。ダンスを通して出逢いや経験や達成感など仲間と共有できるのは本当に素敵です。社会人になっても同年代の仲間と一緒にチアダンスの活動出来る場を提供して頂いたすばるの職員さんと滝島先生には感謝の気持ちで一杯です。



らんらんすばるにて普段の練習を行っている様子です。



<編集後記> 早いものでもう年度末となりました。通信ひかる2024年冬号の発行するにあたり、各事業所の活動記録写真、また、写真に関連するコメントを入手して頂いた皆様に心より御礼申し上げます。今号の「通信」は、2023年12月から2024年2月の3ヶ月間の各事業所で、日々頑張る利用者さんの写真を掲載しました。今号は、特集として、11ページに、すばるを卒業された先輩のお兄さん、お姉さんたち（すばるシャイニーズ）が日々頑張っているチアダンスを「チャリティーコンサート」で披露した写真を掲載しました。特集、楽しんでいただけましたか。新年度（新学期）、いよいよ新生活の始まりですね！体調を崩されませんようお気をつけください。皆様方のご健康を祈念申し上げます「通信ひかる2024年冬号」の編集後記とします。

編集委員：鈴木正孝

# ぷれありびんぐ「生活介護」

季節の変わり目、花粉前線も北上中ですが、皆さまいかがお過ごしでしょうか？ぷれありびんぐ年末行事として、今回も季節の花／松・フラワー・カーネーション・千両・ガーベラなどを使ってお正月飾りを作りました☆多年数回のこの時間はみんな集中して活動に取り組みます。お手本はありますが、各々個性的なアレンジで完成させて小さなオアシスは花でいっぱいになります。活動中の室内もとってもいい香りで早くも春を感じます♡お正月が華やかに迎えられ一年の良いスタートがきれそうですね！



今回はフィンランドからの特別ゲスト♡五か国語を使いこなす才女エリナさんをお迎えし、講師4名の勢いの良い活動となりました☆仲間たちも綺麗な青い目のお人形さんのようなエリナさんに釘付け！元気いっぱい笑いヨガを教えて下さり盛り上がりました☆エリナさんは次の日にもう帰国、現地は大雪、愛猫や家々が雪で埋もれている動画を送ってくれました\* 日照時間4時間くらいの極寒で日本語教師として頑張っているようです！(^)次に日本に来る時にも必ず遊びにきてね～☆と約束をしました♡



# らんらん☆すばる「放課後等デイサービス」

クリスマスツリー制作で使用する松ぼっくりを求めて、松ぼっくりが落ちていそうな公園に探しに行き、やっと入手することができました。松ぼっくりの隙間に思い思いの小さな飾りを詰めて接着し、沢山つけたり、控えめだったり、キラキラがいっぱいだったり、各自のペットボトルの容器に飾り付けて完成！きれいな松ぼっくりのクリスマスツリーが出来ました。



チアダンス、リズム運動、リトミックなどで、毎日使用しているプレイルームの年末大掃除を行いました。完全には綺麗にすることが出来ませんでしたが、ほこりが除去され気持ちいいプレイルームになりました。  
※プレイルームの床の全面貼り替えの工事を2024年4月以降に実施する予定です。



可愛い鬼の顔を紙コップに描き、目、鼻、口を切り貼りし、角と髪の毛は毛糸にボンドをつけ、頭の部分に接着しました。作業は単純ですが、丸い紙コップに目、鼻、口を貼る作業はバランスが難しかったです。でも、みんな良く出来ていました。鬼は外、福は内と！鬼の登場にも盛り上がりました。



「かるた」は、さまざまな良い影響を与えてくれると言われています。自分でも探すことは、わいかにぎやかに楽しむ要素があるため日中活動に「かるた遊び」を行いました。



# ありえす「放課後等デイサービス」



<壁面装飾作成>

皆さまこんにちは。今月は「やよい（弥生）」ですね。この「やよい」の時期は、草木が芽吹き始める季節だそうです。今までねむっていた動物たちや虫たちが目覚め、活発に動き始める様子もよく分かるようになりました。ありえすでは、3月の卒業・入学・進級に向けて、壁面装飾の作成に取り組みはじめました。始めは紙をちぎり、背景の部分ごとにちぎった紙を張り合わせ、一枚の未完成の壁面に向かってお友だちみんなで「ここ？（ここに貼るの？）」などと確認し合いながら大作を完成させました（写真の壁面はまだ完成していませんよ♪ぜひありえすにお越しの際は見て下さい!!）

<工作活動>



<屋外活動：近隣散策あっちこっち>



<日の出Xmasイルミネーション>



<新町御嶽神社：初詣>



<羽村動物園公園>



<払沢の滝>

らんらん☆すばるとの合同Xmasパーティーの様子とありえすサンタとの一コマです。



# ありえす「放課後等デイサービス」

ありえすの支援室で久しぶりに行った椅子取りゲームと「帰りの会」はらべこあおむしの絵本読みの様子です。



<室内活動>

<椅子取りゲーム>



<絵本読み>

「鬼のお面作り」、「※ひな人形の工作」は細部までこだわった作りでした。子どもたちはお面をかぶると「お〜!!」とまるで鬼のように低い声を出して脅かしたり、出来上がったお面を嬉しそうにお友だちや職員に見せてくれました。一方ひな人形の工作は、とても和やかな雰囲気なか、つくり上げていましたよ!



<鬼の面工作>

小澤酒造（澤乃井は、東京都青梅市にある酒造会社）で、日本の伝統的な行事で、鬼を追い払い、福を呼び込むために毎年開催されている「澤乃井園の節分祭」2月3日に参加させて頂きました。鬼を追い払い、福を呼び込むための伝統的な豆まきの体験をしたり、和太鼓をたたかせて頂いたり、鬼さんたちと写真撮影までさせて頂きました。とても楽しかったです。



# ゆいの風「グループホーム」



皆さんが毎年楽しみにしているクリスマス会でしたが、今年は、流行の風邪で利用者さんが揃わないなどもあり、一部、内容の延期などで、縮小したクリスマス会となってしまいました。それでも皆さん嬉しそうに楽しまれていました。美味しい食事とケーキで満足していました。プレゼントは、後日になってしまいましたが、渡す前から「サンタさん!! プレゼント!!」と嬉しそうでした...!! 来年はいつものクリスマスが出来ることを願っています..

<避難訓練> 避難訓練は、「消火訓練」、「避難訓練」、「通報訓練」の3つに分けることができます、今回は雨のため、玄関までの避難としました。



<余暇活動>



<誕生日会>



誕生日おめでとうございます♪いつも笑顔の素敵な菊池君、高野君が大好きで癒されています。キラキラ光あふれる素敵な1年になりますように♪

# ぷれありびんぐ「生活介護」

クリスマス（スイーツ）★音楽療法クリスマスバージョン



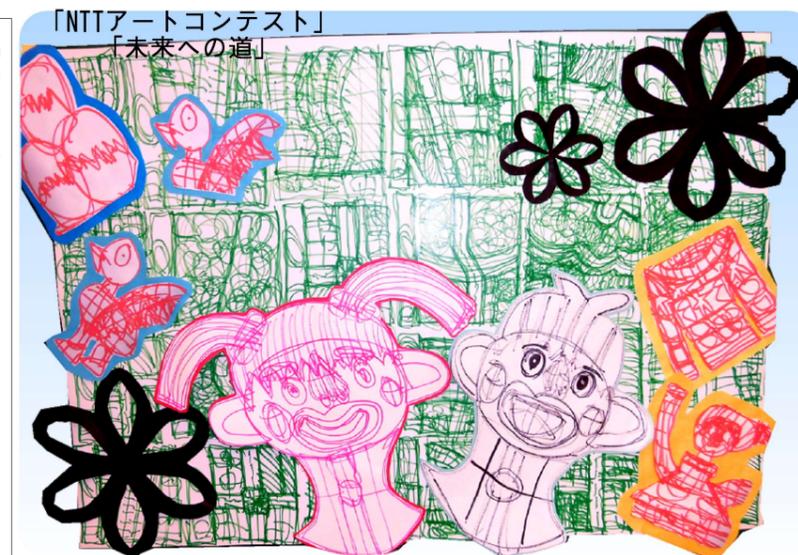
音楽療法では吉野先生と今井先生によるクリスマスバージョン★今回はクリスマスのコスチュームでカラオケを楽しみました！思い思いの好きなジャンルでシャウトしながら歌い、楽器体験もとても積極的に楽しい時間となりました♪おやつ作りは大得意！大量に作ったスイーツは全部仲間たちのお腹の中へと入っていました～HappyMerryChristmas★

バレンタインには女の子達が心を込めてバターたっぷりのクッキー作り♥カラフルチョコでアイシングして男の子達へプレゼント♡

<バレンタイン>



「榊井脩平さん」コンテスト 出展作品紹介



<節分>



節分にはたくさんの豆をまいて鬼退治！年の数以上の豆を完食！魔物を祓い今年も1年健やかに☆彡

12/18~12/23までクリスマス週間として、ミニクリスマス会と最終日はクリスマス会を、行いました。クリスマスに向けてみんなでランタン作りをし持ち帰りました。最終日のクリスマス会では、フルーツ、キーボードでクリスマス曲を演奏して頂き、落ち着いた曲ではウツトリ、楽しい曲では一緒に演奏に参加させてもらったり、楽しいひと時を過ごさせて頂きました。ご協力いただいた、キーボード菅原様、フルート阿部様ありがとうございました。



冬休み、年賀状の投函をお願いしました。天気が良い日が多かったので、散歩へも沢山行くことができました。新たに、富士山が見える場所も見つける事が出来ました



子供達に合わせて機能訓練を行っています。機能訓練指導員が色々なメニューを考えて、子供達が飽きないように工夫して行っています。子供達も頑張っています!!

年明けに「すごろく」を楽しみました。サイコロを転がす動作は、みなさんととても上手に行ってくれました。輪投げやサイコロゲーム、ボーリングなど、みんなで一緒に行うゲームはお友達の順番の時に声を出し応援されたり、ニコニコ応援されたり、いつもとっても盛り上がります(スタッフも・・・)。意外と子供たちは負けず嫌いです。



毎年恒例の「新町御嶽神社」初詣に行きました。しっかり手水も行い、「みんな元気で楽しい時間を沢山過ごせ、今年も良い年になりますように」とみんなでお参りを、しました。

