



まだまだ寒い日が続きますが、ゆいの風では皆元気で穏やかに日々を過ごしています。今回のクリスマス会も美味しい食事とケーキに舌鼓、シャンメリーで乾杯!! 皆さん夢中で食事をしていました! きよしこの夜を歌いキャンドルサービスをしていると、サンタ登場!! プレゼントをもらえてとっても嬉しそうでした! 今年もサンタさんが来てくれると良いですね!

<お誕生日会>
お誕生日おめでとうございます!! これからも元気に明るく健康に過ごせますように!!



<編集後記>
まだ寒い日もありますが、春の日差しの気持ちのよい日が増えてきましたね。いかがお過ごしでしょうか。今号の通信は、各事業所で、日々の活動を頑張る利用者さんの2024年12月から2025年2月の3ヶ月間の写真を掲載しました。ご覧いただければ幸いです。花粉症の方には、つらい時期ですが、どうかご無理なさらずに、心穏やかにお過ごしください。皆様方のご健康を祈念申し上げ「通信ひかる2025年冬号」の編集後記とします。編集担当：鈴木正孝



<理事長挨拶>
草花が芽吹き蕾を和らげ、春の訪れを感じられる今日この頃です。お花を楽しめる季節となりました。皆様いかがお過ごしでしょうか? すばるの令和6年度の節目です。この1年間を振り返りますと、利用者の方々に、楽しんで頂ける企画を立案し、創意工夫をしまいいりました。主な活動として、乗馬体験、カヌー体験、太鼓とチアダンスで数々の地域イベントへの参加、ハロウィンパーティー、クリスマスパーティー等の季節の行事、インラインスケート、アイススケート、工場見学等、楽しんで頂けたのではないのでしょうか。来年度も職員一同気を引き締めて支援に取り組んでまいりたいと思っています。令和7年度もご理解の程、宜しくお願い致します。

ぷちぷち/きらきらすばる「児童発達/放課後等デイサービス」「重症心身障がい者」

今年は、「カシャカシャクリスマス飾り」を作りました。折り紙をちぎって、貼って、中に入れる鈴や飾りを選び、頑張って作ってくれました。出来上がった「カシャカシャ飾り」を早速鳴らして楽しませていました。

<Xmas装飾作り>



<Xmas会の様子>



クリスマス会を行いました。沢山参加していただき盛り上がりしました。ご協力いただいた「ハーレーサンタと仲間たち」の皆様、演奏してくださった「カズノブ&チェキータ」の皆様、場所を提供して下さった「J-smile」様ありがとうございました。

冬休み特別企画として、オカリナ演奏会を行いました。クリスマス曲やジブリ曲など子供たちの聴き慣れた楽曲の演奏をしていただき、年末の慌ただしい雰囲気の中、穏やかなひと時を楽しみました。ご協力いただいた「グリーンヒル」の皆様ありがとうございました。

<オカリナ演奏会>



らんらん☆すばる「放課後等デイサービス」

青梅市スケート大会



「青梅市スケート連盟主催」のアイススケート大会に今年も参加しました。大会に向けて、らんらんすばるで毎週行っているインラインスケートの練習を積み重ねた成果が出て、皆さんバランスが良く転ばない事に驚きました。滑るイメージが出来ているようで慣らしながらスイスイと滑走！ペンギンさんに掴まりながら列を作り、みんな楽しそうで見ている方も楽しめました。次はいつ？と聞いてくる利用者さんもあります。大人気な活動となりました。今回参加された親御さんのご協力に感謝いたします。ありがとうございました。



らんらんすばる事業所内のプレイルームで、2024年12月から2025年2月の3ヶ月間に行った主な活動を紹介します。



インラインスケート

竹馬

ブロック

縄跳び

かるた



衣服のたたみ方練習



季節の行事：節分

「第9回東京都特別支援学校アートプロジェクト展」にらんらんすばるの河村梨花さんの作品が展示されました。特別支援学校の有志による1,022作品の中から、優れた51作品のひとつとして選ばれました。

応募作品数：1,022作品
展示作品数：51作品に選考!!



作品名「太陽のお姫様」



ありえす「放課後等デイサービス」

スケート大会に向けて「らんらんすぽろ」で練習開始です！初めはスケート靴を履いて立つのが大変でしたが、回数を重ねるごとに滑ることができました。



＜らんらんすぽろにて＞

初めてのインラインスケート練習

スケート教室ではインラインスケートとの違いに戸惑いましたが、時間が経つとともに慣れ、スムーズに滑れるようになりました。



青梅市スケート教室の一コマ

スケート大会当日！！緊張した表情でリンク上へ。会場はとても寒く、足元も大変滑りましたが、インラインスケート練習、スケート教室を体験したおかげで、なんとかゆっくりと足を交互に進め、広いリンク上を子どもたちの思い思いのペースで滑ることができました♪

青梅市スケート大会の様子



久しぶりの調理レク。普段は市民センターで行うのですが、今日はありえすで焼きそばを作りました。しっかりと手袋、マスク、三角頭巾等を身につけ、順番で包丁を使って具材を切り、よく炒めて完成！！とても美味しそうな焼きそばができあがりました！ 味見専門、調理専門と分かれることなく、みんなで協力して調理ができました。

調理レクリエーション



ぷちぷち/きらきらすばる「児童発達／放課後等デイサービス」「重症心身障がい者」

＜新町御嶽神社 初詣の様子＞



「新町御嶽神社」「春日神社」へ初詣に行ってきました。みんなで「今年も良い年になりますように」とお参りをしました。天気が良く、1月でも暖かかったので境内をのんびり散歩しました。

室内でゲームをしたり、鈴を持った音楽遊びをしたりして機能訓練を頑張っています。ゲームをすると友達を応援して盛り上がります。屋外では公園に行ったり、散歩をしたりしました。年末には年賀状の投函へ行きました。

その他の活動（室内外）



＜年賀状投函の様子＞



＜避難訓練の様子＞



＜新職員紹介＞



大河内秀夫

趣味
ゴルフ・旅行
特技
DIY
好きな食べ物
刺身・うどん・そば



柴山優美子

趣味
カラオケ
特技
走ること
好きな食べ物
たらこパスタ

定期的に行っている避難訓練です。窓から外へ出て防災頭巾をしっかりとかぶって第2避難所まで行くことができました。避難ルートを定期的に散歩しながら確認を行っているため、スムーズに避難する事ができました。

ふれありびんぐ「生活介護」



一年で一番楽しみな「クリスマス会」☆午前には「♪音楽療法クリスマスバージョン♪」に参加し、指導者の演奏に合わせて歌唱、思い思いに楽器を使って感情表現しながら一体感が生まれ仲間と共有の時間を満喫しました♡また午後にはマリimbaを使ったリトミック♪を実施。スイーツ作りではいちごを始めた皆さんの果物を使って大きなクリスマスケーキを2個作りました★突然登場したサンタさんにプレゼントを頂いて大喜び！一日中クリスマスモード色の嬉しい美味しい一日でした☆

<Xmas会>



ふれありびんぐ「生活介護」

年末最終日に「お正月飾り」のフラワーアレンジメントを行いました。主役は大王松、他に葉牡丹・千両・シンビジウム・バラ・カーネーション・フラワーマム等々、豪華な花たちのアレンジに挑戦しました。見本はありますが、各々良く考えながら個性豊かな作品を完成させました☆、2025年のお正月を華やかに迎えられ、1年の良いスタートがきれそうですね。花を愛でる優しい気持ちを持ち、心豊かに成長出来ることを願っています

<フラワーアレンジメント：お正月飾り>



ペンキを使って★ふれありびんぐ★の木製の看板を初めて作製しました！下地になるデコボコベースを塗ってから多彩なペンキ(ミルクペイント)を塗り重ねていくと温かみのある色に変化し、心が落ち着くような色調に変化、得意な人がおひさま・ハート・星を描き加えて益々可愛らしくなりました。見ていると気分が穏やかになる作品の完成です。

<ふれありびんぐ：看板作り>



<成人を祝う会>



吉村太佑さんが成人を迎えられました。「成人を祝う会」のセレモニーではご両親、仲間、職員に囲まれとても堂々としていました。花束を受け取るとちょっぴり照れた顔(^^)! ふれありびんぐに通所されてから一日も休むことなく、まもなく2年が経とうとしています。愛らしい笑顔で誰からも好かれる太佑さん、これからも毎日お仕事や余暇活動、仲間と一緒に楽しく過ごしましょうね☆ ★成人おめでとうございます★

ありえす「放課後等デイサービス」

Xmas会：ありえすにて



スペシャルフリースト

キャンドルサービス

十二月末に「らんらんすばる」のお友だちと一緒にクリスマス会を開催しました。クリスマス会の前に、クリスマスの雰囲気を感じられるためにショッピングモールへ。なんとそこには巨大クリスマスツリーがあるではありませんか！「おおきいねー」と驚くありえすの子ども達。全く写真に収まらない高さでした。・。合同クリスマス会ではサンタさんとトナカイさんからのプレゼントがありました！他にも職員の手とベル演奏やマジックショーもあり、クリスマス会後も「はっ！」「と勢いの良い掛け声で指が消える手品で盛り上がるお友だちもいたのでした！来年もみなさんの笑顔がいっぱい、そして心に残るクリスマス会を行いたいです。

お正月は本当に寒かった弘沢の滝へ。節分には近隣の節分祭りへ行き、鬼に腰がひけていましたが、節分豆は沢山食べていたのです。・。梅の公園では久しぶりにありえすのお友だちと会いました。久しぶりでしたがまるで皆はいつも会っているかの様子でした。一人早下校のお友だちはあきる野の「もろこし畑」で昼食を食べ、カレーをおいしそうに完食。実はカレーの前に「どうぞご自由に」のおせんべいも食べたのですよ！そしてけやき館では観察ドームから自然観察のお友だちが・。あれ？動物から見られていますね。

戸外活動



創作活動



冬の創作は「雪だるま」「リース」「鬼」などを作成しました。特に「鬼」は雪合戦でも大活躍中！節分の時は怖がっていたのに、創作の「鬼」は怖くないようです。三月まで「鬼」が活動室を見守っていましたが、「もう節分過ぎたのになんてまだいるの？」とつぶやいているお友だちも・。おっしゃる通りです。

太鼓参観



太鼓参観に二回にわたりご参加いただき、ありがとうございました。子ども達も照れた表情がうかがえました。活動室とは違う表情をしていましたね。今後も行う予定ですので是非ご参観下さい。

らんらん☆すばる『放課後等デイサービス』

白い糸に接着剤をつけて、緑の台紙に挟み、糸を引っ張ると白い不思議な模様が描け、台紙の周りに飾りを付けると、クリスマスツリーの完成です。糸の引き方や力加減で模様が変わり、二つと同じ模様の無い、らんらんメンバー全員のオリジナルクリスマスツリーが出来上がりました。



らんらんすばるの単独Xmas会は、Xmas衣装を着けて職員のウクレレで、クリスマスソングを歌いました。ありえすとの合同Xmas会では、職員とスペシャルゲストによる綺麗な音色のハンドベル演奏、マジックショー、子ども達のダンス等いろいろなパフォーマンスを楽しみました。おやつに、Xmasスペシャルプレートが運ばれるとみんな満面の笑み、ニコニコ顔でパフェを食べていました。最後に、みんなでキャンドルサービスを行い、今年も楽しいXmas会が体感出来ました。

らんらん☆すばる単独Xmas会



らんらん☆すばる&ありえす合同Xmas会



和太鼓演習

