

しちなし

社会福祉法人くちなし
セルプ・ガーデンハウス
 障害者支援施設
 障害福祉サービス事業所
 〒267-0057 千葉県緑区大木戸町1423-3
 TEL 043-295-7401(代)
 FAX 043-295-7406
 発行人 小林 正継
 編集 広報委員会

「感謝の気持ちを忘れずに 気づく心・感じる心を大切に…」

千葉国際芸術祭に参加



千葉ペリエにて

完成した作品は9月19日～11月24日に千葉ペリエ内に、展示され

「千葉国際芸術祭2025」は、千葉市において、3年に1回開催される「トリエンナーレ方式」の芸術祭として、2025年に始動しました。初回となる2025年度は「ちから、ひらく。」をコンセプトに国内外30組以上のアーティストによる参加型アートプロジェクトが実施されました。

m高さ1m厚さ50cmもあり、入所と通所合わせて17名の利用者さんみなで協力し、思い思いのペイントをしました。普段なかなか手にすることのない大きな刷毛やスプレーを使って大胆に塗ったり、好きな色で好きな絵・文字を描いたり、手に絵の具をつけて手形もつけました！

宮本さんのすべてを受け止

め肯定してくれるような言葉と人柄にみんな自信を持って作品に取り組みむことが出来ました。いつも以上の集中力に体の動き、楽しそうな笑顔に笑い声、とても素敵で貴重な時間をありがとうございました。



大胆な色づけ



アーティスト 宮本はなえさん

利用者さんと見に行きました。自分たちが作ったモニュメントが街中に展示されているのを見ていくとくくるものがありました。また、1月13日～3月13日まで千葉市役所本庁舎2階入り口付近にも展示



されています。これからも利用者さんと共に色々なアートや芸術に触れ、充実した生活を送ってほしいと思います。

🏆 J1昇格おめでとう!!

ジェフユナイテッド千葉 鈴木キヤプテン来所



鈴木選手 素敵な時間をありがとうございました

10月19日(金)Jリーグ・ジェフユナイテッド千葉のキヤプテン鈴木大輔選手がセルプ・ガーデンハウスを訪れました。鈴木選手はスペインでプレーしていた時に、スペインを始めヨーロッパの各プロサッカークラブに障害者チームもあり、その選手達と一緒にクラブハウスで食事をしたり、リーグ戦等の活躍の場が設けられていることに感銘を受け、

日本でもそのような環境を作りたいと現役選手でありながら障害福祉事業への取り組みを始めたそうです。当日はその話し合いで来たのですが、そうは言っても地元千葉市のJリーグクラブのキヤプテン！利用者さんも職員も皆ぜひ会いたい！そしてその日はちょうど「JEFFRIDAY(ホームゲームのある金曜日)にジェフTシャツを着て応援

する取組み」ということで、話し合い後にアリーナで皆さんと顔を合わせて頂き、J1昇格への意気込みや日頃大切にしている心構えのお話し等をしてくださいました。
写真撮影・握手にも気さくに応じてくださり、共に激励し合い、みんなとても喜んでいました。J1昇格、おめでとうございます！



これからも皆で応援します!!

ポッチャボール 寄贈



最近ではパラスポーツの「ポッチャ」も多くの人に知られ、体験した事のある人も増えてきましたね。セルプでも以前からこのポッチャを積極的に取り入れ利用者さんと楽しんできました。

そのような中、ご縁があり個人でポッチャのボールを作成なさっている千葉市稲毛区在住の東海林明さんより、手作りのボールをご寄付いただきました。

東海林さんは東京パラリンピック開催にむけた競技普及をきっかけに「ポッチャ」と出会い、素晴らしい競技だと感銘を受けたそうです。それからたくさんの方にポッチャという競技にふれて楽しんでもらいたいという想いから自らボールを作成し始め、2021年から隔年で10セットものボールを千葉市内の特別支援学校や障害者施設に寄付する活動をなさっているそうです。実際に寄付いただいたボールは天然皮革(牛)を使用し、大きさ・重さの規定もクリアしたとても立派なもので、利用者さんと一緒に手作りということに大変驚きました。早速、ボールの使い心地を試してみると「いつものボールより転がるみたい」「すごい」と大興奮でした。既定の大きさ・重さでも、

地域とつながる

セルプの 取り組み

10月25日(土)・26日(日)に開催を予定しておりました「ふれあい福祉フェスティバル」は当日の天候不良によって出演者を呼んでの催しは中止となり、出演を予定していたFLD(手話サークル)の発表も残念ながら見送る事になりました。本番に向けて、前日熱心に練習をされていたので今回の練習で積み重ねてきたことを、次の機会につなげていけたらと思います。

11月2日(日)昭和の森で第33回緑区ふるさとまつ



ふるさと祭りでのボッチャ体験

りが開催されました。涼やかな気候に恵まれ、快適なおまつり日和となりました。会場内では、緑区にゆかりがある21の模擬店が軒を連ね、焼きそばや唐揚げ、わたあめやスイーツなどを求める多くのお客様で大いに賑わいました。セルプ・ガーデンハウスでは今年もボッチャ体験と福祉車両の展示を行いました。福祉車両に実際に触れていただくことで、日常生活を支える福祉の役割を身近に感じてもらうとともに、

ボッチャ体験を通して、年齢や障がいの有無に関わらず誰もが楽しめるスポーツの魅力を伝えていきます。また、セルプでは定期的に地域の中学校へ出向き、福祉教育の機会を設けるなど、次世代を担う子供たちへの啓発活動についても力を入れていきます。体験や交流などを通じて



中学校での説明の様子

福祉が「身近なもの」として感じてもらうことが思いやりや支え合いにつながると思い、これからはセルプでは地域と連携しながら、福祉の大切さを伝えていく取り組みを続けていきたいと思えます。



中身の材質や詰め方によって転がり方に微妙な差があるようで、1人1人の特性や癖にあわせてボールを使い分けすることで、さらなる上達も望めます。本当にありがとうございました！大切に使用させていただきます！

地元住民との温かい交流

12月11日(木)、高津戸町内会館での「いきいきサロン」において、クリスマス会を兼ねたポッチャ大会が開催され、そこにセルプ・ガーデンハウス利用者も参加して交流をしてきました。

これは10月に千葉市第504地区の民生委員の方達がセルプ・ガーデンハウスの見学に来られ、施設で入



民生委員の方々へ施設の取組について説明しました

所・通所の各利用者とふれあい、ぜひ高津戸町のいきいきサロンで交流ができたらと思った民生委員の方から声が掛かったのがきっかけです。
当日は3名の通所利用者が参加しました。施設でもよくポッチャをやっている方なのでサロンに来ている方々の腕前にも負けず劣らず、各チームに交じって白熱したゲームを楽しみました。
会の終わりはたくさんの方々がクリスマスプレゼントに参加者に配られ、皆さんと楽しい時間を過ごすことができ、とても有意義な交流となりました。



白熱したポッチャゲーム

新しい特浴

美浴 びあみ

自力での入浴が難しい利用者さんのための機械浴が、8月より新しくなりました。

利用者さんは、ストレッチャーの上に寝たままの姿勢で、ドーム状になつている浴槽の中に入ることが出来ます。しかも従来の湯船に浸かる方式ではありません。熱を逃さないサウナのような空間で、全身くまなくミストシャワーを浴びる方式となりました。

ドーム構造が生み出すサウナ効果に加え、やさしく心地よいミストシャワーにより、緊張やストレスが解消され、心身がリラックスできます。常に新しいお湯を使用するため衛生的であり、毛穴の奥まで汚れを流し落とすボディシャンプー機能も備えています。溜めたお湯につからないので、静水圧で心臓に負担がかか

かか



安全で快適な入浴のためメーカーより説明を受けました

実際に『美浴(びあみ)』での入浴を体験している利用者さんに尋ねると、ミストシャワーが気持ちいいとの感想が多く聞かれました。また身体が温まり心地いいので、ついつい眠ってしまう利用者さんも見受けられます。
特浴『美浴(びあみ)』の採用は、職員同士の連携などの運用面も工夫しながら、新しい機器を活用し、施設として安全で、より良い環境を提供する取り組みの良い事例となりました。

るリスク、浴槽で溺れたり、湯を誤飲するリスクも低減する仕様になっています。

一般教養講座

いらしまでも

美味しく食べるように



の筋肉を活性化することが出来ます。利用者さんも声を出して積極的に行ってきており、良い効果が出ています。

利用者さんにとって食べることは毎日の楽しみであり、生きていく力となるものです。いつまでも美味しく食べて健康でいられるように、これからも口腔体操を通して楽しく支援していきたいです。

7月29日(火)「食べる」とは(食べる仕組みと口腔体操)」というテーマで一般教養講座が行われました。私たちの生活において食べるということは生きていく上で欠かせません。人は食べ物を食べる時に、まずはどのように食べるかを認識してから飲み込みます。普段何気なく行っている一連の動作ですが、年を重ねると筋肉が衰えていき「食べる」ということが難しくなっていくそうです。筋肉を維持するために必要となるのが口腔体操です。



セルプ・ガーデンハウスでは、昼食前に10分間の口腔体操を行っています。深呼吸から始まり、首の体操、頬の体操、唇の体操、早口言葉をゆっくりと口の開け方を意識しながら行うことで、唾液の分泌を促し、口周り

目標を持ち努力することの大切さ

12月2日(火)障害者週間記念講演会が開催され、パラアスリートの濱田美穂さんに講演をしていただきました。濱田美穂さんはパラスポーツ選手で2000年のシドニーパラリンピックではセーリング競技、2008年の北京パラリンピックではボート競技で活躍されています。現在は仕事以外にも身体に障害のある人を対象としてアウトドアスポーツを企画・実施されています。

講演会では濱田さんにパラカヌー競技のユニフォームで登場していただき、カヌーを漕ぐパドルを実際に見せていただきました。濱田さんは事故で障害を負った際、病院の先生にかけられた言葉をバ



パラアスリート 濱田美穂さん

ネにしたことがきっかけで水泳を始め、トライアスロン大会に参加し、パラリンピック出場に至るまでの経緯をお話されました。そこまでに至る努力は並大抵ではなく、普通の人では諦めてしまうことも成し遂げていることが素晴らしいです。

目標を持って努力することの大切さについて熱く話をされている姿に、とても心に響くものがありました。利用者さんからも「濱田さんのお話を聞いて良かったです。元気が出た。」と嬉しい感想をいただきました。

講演の最後に職員と腕相撲対決をしていただき、大変盛り上がりました。濱田さんの今後の活躍をお祈りしています。どうもありがとうございます。

パラリンピアンに完敗



今年も思い出が 増えたね! 個別希望旅行



一人ひとりの希望を聞き、行先を計画して職員と一対一の外出をする個別希望旅行。前年度から始まり現在2回目の実施を行っています。買い物外出や昼食外出は行き先が決まっております。少人数グループでの行動なので自分の思い通りにならない場面も出てきますが、個別希望旅行は買い物外出や昼食外出に比べて長い時間をかけて職員と二人で行動できます。今回も、利用者さんが希望したデイズニールランド、お墓参り、アイドルカフェなど様々な場所へ出かけられています。



美味しそうな食事にこぼれる笑顔

今回はバラ園に行った利用者さんのスケジュールを紹介します。バラの見頃は春と秋。見頃の時期に合わせて予定を組み、行先迄の行き方、交通費、何処で食事を摂るか等担当職員と二人で調べ決めました。電車に乗って最寄り駅まで行き商店街を通りバラ園へ。一時間近くかけて園内をまわり、バラの絵の描かれた小物などのお土産を購入。商店街の中の定食屋さんで大好きなお刺身定食、デザートに別のお店にはしごしてあんみつも食べました。施設で食べる和菓子も見えてまわり、とても楽しめたようです。



満開のバラが迎えてくれました



会いたかったよー、ミニー!

万博万歳 納涼会



毎年恒例、納涼会が今年も8月2日(土)に開催されました。今年のテーマは、今年だからこそ大阪万博のように盛り上がっちゃおうということ。「セルプ万博」となりました。



カレイワイオルの皆さんとフラダンス体験

からフラダンスグループ「カレイワイオル」さんにご出演いただきました。素敵なフラダンスを観たり、実際にフラダンスの体験をさせてもらいました。そしてそして、この日のために利用者、職員ともに練習を重ねた「南の島のハメハメハ大王」をみんなが歌って踊って大いに盛り上がった余韻のなかでファイナーレを迎えました。みんな笑顔で大騒ぎした楽しい納涼会となりました。



デザートタイムに出たミヤクミヤクゼリーが何気に美味しかったです。

みんなで楽しむ

クリスマス会



何が入っているのか…手探りドキドキ

クリスマス福笑い、などさまざまなボックス、ジェスチャーゲームの3つのゲームでは、ほとんどの利用者さんが参加に協力し、多くの職員も加わって会場全体で楽しむ時間となりました。プレゼントには、好みに合わせて選べるカタログギフトを用意し、利用者自身が選ぶ楽しさを感じてもらえる内容とし、今までにないプレゼントとなったと思います。会の締めくくりにはデザートタイムを設け、ケーキと飲み物を囲みながら、ゆったりと過ごすことができました。

参加された皆さんがそれぞれ楽しみながら関わる、楽しいクリスマス会となりました。

12月15日(月)、セルプにてクリスマス会を開催しました。今年のテーマは「クリスマスカーニバル」。みんなで参加し、みんなで楽しむことを大切にしながら、にぎやかで温かな時間を過ごしました。

当日は、音楽クラブと手話サークルの発表から始まり、日ごろの活動の成果を披露する場となりました。会場からは手拍子や拍手が送られ、和やかな雰囲気に包まれました。

そのあとは、クリスマス福笑い、などさまざまなボックス、ジェスチャーゲームの3つのゲームでは、ほとんどの利用者さんが参加に協力し、多くの職員も加わって会場全体で楽しむ時間となりました。プレゼントには、好みに合わせて選べるカタログギフトを用意し、利用者自身が選ぶ楽しさを感じてもらえる内容とし、今までにないプレゼントとなったと思います。会の締めくくりにはデザートタイムを設け、ケーキと飲み物を囲みながら、ゆったりと過ごすことができました。



笑顔がとまらないクリスマス福笑い

忘年会

12月26日(金)、年末恒例の忘年会が開催されました。一年の締めくくりとして、入所・通所が合同でゲームなどをして楽しく過ごしました。

チーム対抗戦となるゲームは2種目。ひとつ目の『チラシ早巻き』ゲームは、身体を使うゲームで、出場者が紙のチラシを長く繋げたものを、足を使って巻き取るスピードを競うものでした。利用者さん以上に職員の方が白熱してしまいう場面もみられて、とても盛り上がりました。ふたつ目の『頭お尻』ゲームは、脳トレゲームで、頭と語尾のかな文字が指定される条件で、言葉を作るゲームでした。頭と語尾の間のかな文字は自由なこともあり、バラエティーに富んだ回答が続出となりました。

忘年会は毎年恒例



足さばき全開！白熱の早巻きバトル

の行事ですが、寒く感染症が流行しやすい時期であり、開催できることは当たり前ではありません。前年は感染症の拡大を防ぐ措置のため中止になっていました。それだけに本年度の開催の前に、利用者さんの期待も大きなものになっていました。一年の締めくくりに入所・通所の利用者さん、職員が集まって楽しいひと時を過ごせたことに感謝したいものです。

利用者さんへ 突撃インタビュー

質問

① 施設で好きなメニューはなんですか？
② 今年嬉しかったことはなんですか？

〈海保さん〉

① カレーライス！甘口が好き。
② オセロが好きで、オセロ大会で勝ったことが嬉しかった。
シヨートステイで入所に行くと利用者さんが話してくれて嬉しい。面白い話をしてくれる。

〈菊地さん〉

① 甘口のカレーライスだよ。
② 施設に友達が遊びに来てくれたことが嬉しかった。また会いたいなあと思っているよ。
Q なにかメッセージがあれば
A 12月にあった東北の地震が心配。家族に元気でいて欲しいなと思うんです。

〈小坂井さん〉

① 全部おいしいけどデザートで出てくるケーキ。
② レクでやったカラオケ大会で優勝したことですかね。「北酒場」か「雪国」を歌いました。



新職員紹介

【生活支援員】



永谷 善子

●好きな言葉

「まくとうそーけーなんくるないさー(沖縄の方言)」
人として正しい行いをしていけば自然と何とかなる
↓人事を尽くして天命を待つ

●抱負

これからも きれいなセルプガーデンを維持して大切に守っていきます。皆様と出会えたことを心から感謝しています。一日一日を楽しく過ごせるお手伝いをしたいです。宜しくお願ひします。

●好きな言葉

塵も積もれば山となる



大塚 津喜子

●抱負

一年穏やかに過ごしたいと思っています

●好きな言葉

ありがとう。ごめんなさい。



小坂 実穂

●抱負

頑張り過ぎず、自分と身体を大切に、ちゃんと休憩もとること。それでまた元気に活動できると分かり始めたこの頃です。

寄付金

(令和7年1月1日～令和7年12月31日)

敬称略

和泉隆子、鈴木あい子、渋谷教育学園幕張高等学校吹奏楽部、中山栄一郎、井下田誠、野口富二夫、古川俊朗、鈴木章浩、浅野千栄子、木村昇志、志水満吉、秋葉康子、山崎恭子、小坂井陽子、藤波誠、菅野弘、市村寿子、

(株)ティ・エンドレス村山孝継、嶺島直高、沼田幸子、長谷川喬也、豊永鉄己、片岡晃毅、千葉アロー(株)、大沼真由美、野田正治、野田直人、(有)シライクリンサービス、野口(株)、風間こず恵、山内京子、門脇倭雄、(株)タケエイ、大野サロン、島貫孝子、(株)建築設計ノヴァ野口正寛、笠井かつ子、西内恭子、仲村恵子、セルプ・ガーデンハウスファミリー会

生活介護(通所)の利用者さん募集!

☆ 仲間と一緒に活動しませんか? ☆

★ ぜひ一度見学に来て下さい! ★