

ひだまり

発行者：ふれんず交流編集部
〒737-0046
呉市中通1丁目2番38号
Tel:(0823)23-8679
Fax:(0823)36-6510
E-mail:furenzhp@furenz.or.jp



あけまして おめでとうございます



昨年(2019年)は、ふれんずにとって悲しい出来事がありました。

2月1日に元理事長の明田和久様のご逝去されました。謹んでご冥福をお祈りいたします。

明田元理事長様におかれましては、平成15年ふれんずの社会福祉法人化以来、理事長としてご尽力なされ、今のふれんずの基を築かれてこられました。

ふれんずでは障害者福祉事業を継承するために、2月に後任として青盛一真様に理事長に就任していただき、6月末には私岡本が理事長に就任させていただきました。どうぞよろしくお願いいたします。

明田元理事長様が度々言われていた事に【ケ・セラ・セラ】という言葉がありました。

これはドリス・デイの楽曲で、日本語では「なるようになる、先のことなど解らない」と歌っています。

私は確認した訳ではありませんが、明田元理事長様が言いたかったのは「いい加減に生きるという事ではなく、少し肩の力を抜いて自然の流れに身を任せ、余裕を持って生きる」という事だったのであろうと

解釈しています。沖縄地方の琉球方言で【なんくるないさ】という言葉がありますが、これは「挫けずに

正しい道を歩むべく努力すれば、いつか良い日が来るという意味であると聞いた事があります。

「何とかなる」という楽観的見通しを意味するものではなく、いまの目の前の現実のことと、未来に向かって

て行動する目的志向とがワンセットになっている事が重要だと思います。

令和最初の正月を迎え、過去や現在に憂慮してその気持ちにばかりとらわれないで、おおらかに構

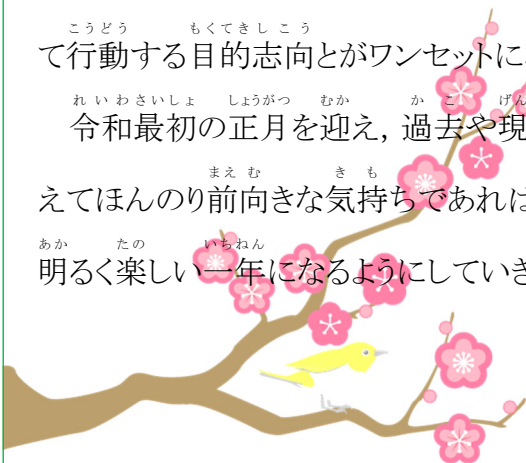
えてほんのり前向きな気持ちであれば、そう信じたように人生が見えてくるのではないのでしょうか。

明るく楽しい一年になるようにしていきましょう。

社会福祉法人 ふれんず

理事長 岡本 忠博

り じ ち ょ う お か も と た だ ひ ろ
理 事 長 岡 本 忠 博



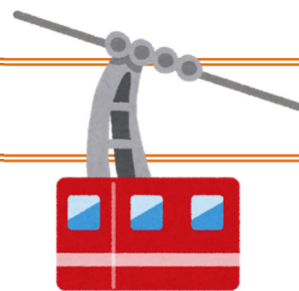


秋の旅行 & 食事会



まいとしこうれい あき りょうこう さん かしゃ かんそう
毎年恒例の秋のバス旅行！！ 参加者の感想です☆

わかづきさぎょうしょ がつ にち もく はってんどう おのみち かじつ もり
若椿作業所 9月12日（木）～ 八天堂・尾道・果実の森 ～



せんじつ たの りょうこう
先日は楽しい旅行ありがとうございました。

おのみち い なか うた
バスで尾道まで行きました。バスの中ではカラオケを歌いました。

ちゅうしょく ぐ だくさん お い
昼食は具沢山で美味しかったです。

おのみち せんこう じ こうえん のぼ
尾道では千光寺公園までロープウェーでみんなと登り、

ある お とし かん
歩いて降りる時はさすがにつく感じました。

けしき たいへんたの とし
ですが、景色もよく大変楽しいひとときでした。

のむら ようこ
(野村 陽子)



ことし あき りょうこう しょくよく あき おこな
今年の秋のバス旅行は、9/12 で食欲の秋をメインに行われました。

もくてき つ も あが
目的地に着くまではカラオケで盛り上がりました。

さいしょ きのした しゅるい ししょく なか あ き じぶん ふさと みやげ も かえ
最初に木下ファームで、4 種類のぶどうを試食した中、安芸クーンを自分で 1 房取ってお土産に持って帰りました。

つぎ おとづ はってんどう に こ しゅるい
次に訪れたのは八天堂カフェの煮込みハンバーグに 8 種類のパン・スイーツをいただきました。

みせ お のうこう ひか なんこ た き
このお店でいち押しのクリームパンはとてもクリームが濃厚でしたがあまさ控えめで何個でもペロリと食べれそうな気がしました。

あとせんこうじ あ おのみち うみ さかみち ふうけい なが すこ だんさ いしだん ころろ あせ
その後千光寺にロープウェーで上がり尾道の海と坂道の風景をゆっくり眺め、少し段差のある石段を心よい汗をかきながら下って行き商店街を散策しましたが有名な尾道ラーメンを食べずに帰ったのがとても残念でしたが、いい思い出の一つになりました。

くだ い しょうてんがい さんさく ゆうめい おのみち た かえ ざんねん おも で ひと
この企画を考えて下さった職員の方々に感謝致します。

き かく かんが くだ しょういん かたがた かんしゃいた しまそだ
(島育ちの H ちゃん)

さぎょうしょ がつ にち すい いしづちさん こうじょうけんがく
ひかり作業所 10月23日（水）～石鎚山とビール工場見学～

はじ えひめけん い
初めて愛媛県に行きました。

しょくどう お い ちゃ す し まつたけ や いただ
食堂は、美味しい茶わんむし、寿司、松茸のすき焼き、さぬきうどんを頂きました！

そと で か
外に出たら、ヤギとこいがいて、コイのえさを買ってえさやりをしました。

ふ あ
そして、触れ合いました。

みやげ かぞく ともだち ぼっ だんご か
お土産では、家族と友達に坊ちゃん団子を買いました。

こうじょう つく かた けんがく
アサヒビールの工場では、ビールの作り方を見学しました。

ちち か かえ ちち よろこ
父にアサヒビールの T シャツを買って帰ったので父はとても喜んでいました。

よ おかみねせり か
ロープウェーも良かったです。(岡峯芹香)



あき りょうこう し こくいしづちさん い ととき くも そら
秋のバス旅行は、四国石鎚山へ行った時は、あいにくの曇り空でしたが、
やま み ととき きち よ
山が見えた時はとても気持ちが良かったです。

また、ツーショットの時は、とてもいい思い出になりました。

3人で一緒に写した時は、両手に花となりました。

ビール工場で見学の時は、ビール缶が早くなって、

ずらりと揃ったのがすごかったです。

僕はビールを2杯飲んでうまかったです。 (植木保光)



ふくろうの里 11月1日(金)～秋のバス旅行(宮島)～

今回のバス旅行はとても自分の中では良い思い出になりました。

この日は30歳の誕生日だったので最高のプレゼントになりました。

(マージャ好きの男)

今回は宮島に行きました。思ったより近く、帰りも早かったです。

昼の食事はカキが多く、美味しかったです。

また食べたいと思いました。

それと水族館でアシカショーを見ました。良かったです。

(りょう)



第25回ふれあいコンサート in 呉

12月7日(土)10時30分～12時、呉市文化ホールにて「第25回ふれあいコンサートin呉」

が開催され、市内の事業所が集まり盛大なコンサートになりました。

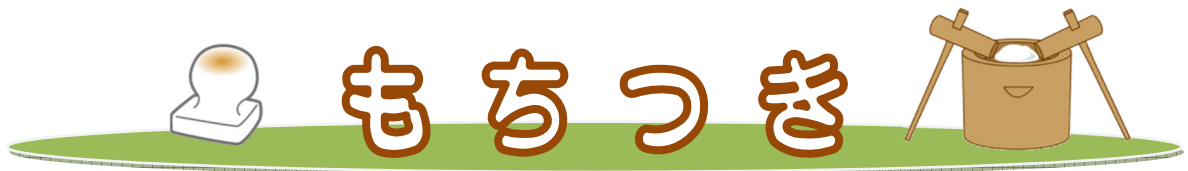
今回が最後ということで、しばらく休止していた、ふれコンのバンド WHATS も帰ってきました。



ふれんずからは、ひかり作業所のメンバー
さんのステージ参加、若椿作業所のメンバー
さんは販売活動をしてきました。



25年続けてきたコンサートは、今回で終わりましたが、また何かのかたち
で、障害者週間記念行事があれば、また盛り上げたいと思います。



ふくろうの里は12月7日（土）に蒲刈の餅つき大会へ参加しました。

12月7日（土）…晴れ

朝…くもり空の中…安芸灘大橋…渡って蒲刈へ…遅れるかなと…？…思っていたら…

予定より十分早く到着したです！！

精鋭5名+2名！参加したです！！

ふくろう以外の活け花の会の人達等…多勢参加されていた！！主はお餅つきです！！

ふくろうの若い女性がお餅をうすの中でひっくり返すのは初めてで…1こ…ヤッター！！

うま…スムーズに…何もかも行ったです

であいの岬で買い物1こ→帰宅！

ヤッホ～！！また行きます！！

楽しかったです！！ 完！ （オツちゃん）



蒲刈会館のもちつきイベントも3回も体験出来て大変楽しかった。

雑煮やきなこ餅も美味しかった。

いろいろな人達と一緒に交流出来て良い勉強になった。ありがとうございました。

出来れば今後も出席したいです。 （江本幸一）

新米を食べる会 2019

in ふれんずビル



11月9日（土）ふれんずビルで、新米と秋刀魚を食べる会が行われました。

小武家さんに頂いた新米と、秋刀魚、豚汁を、

皆でいただきました。

新米は甘くてとっても美味しかったです。

秋の味覚の秋刀魚も、皆美味しそうに食べていました。

皆で食べるご飯は、より美味しいですね。

また、来年もこのような機会があればなあと思います。



知っトク!! ~ 伝言板

消費税増税と軽減税率について

2019年10月から消費税率が8%から10%に引き上げられました。

8%のものや10%のもの？ キャッシュレスでポイント還元？とか、ややこしいですね。

生活にも大きく影響してくるので、少しですが調べてみました。参考にしてください。



○ 軽減税率とは

消費税は、買物の額に応じて決められた税率を支払う形をとります。

消費税は、収入が高い人も低い人も等しく納めることになり、所得税や住民税のように収入に応じて税率が変わるわけではありませんから、平等といえます。

しかし、低所得層にとっては負担が大きく、生活を圧迫することにもなりかねません。

その負担感をやわらげるために導入されるのが、軽減税率です。

日々の生活における負担を減らすため、一部の品目に係る税率を8%に据え置く制度のことです。

○ 消費税の軽減税率の対象品目は

① 酒類及び外食を除く飲食料品

② 新聞の定期購読料

軽減税率の対象となる飲食料品のイメージ

酒類



テイクアウト・宅配等



外食



※水色の部分が
軽減税率の
対象で8%です。

飲食料



一体資産



ケータリング・
出張料理等

医薬品・
医薬部外品等

※一体資産とはお菓子とおまけのおもちゃが一体となっているようなもののことです。

○ その他引き上げに伴う対応

①プレミアム付き商品券

②キャッシュレス決済によるポイント還元

◆プレミアム付き商品券

＜プレミアム付き商品券のしくみ＞

対象の方一人当たり 2.5万円分の商品券を 2万円で購入可能

● 5,000円単位での分割購入も可能です。

● 1枚当たりの額面は日々のお買い物で使いやすいよう小口になっています。

住民税非課税者や3歳未満の子育て世帯の負担緩和と消費下支えのためプレミアム付商品券を発行・販売します。対象の方には申請書類が自宅に届きます。

（呉市の申請受付の終了日は令和2年1月31日まで、購入期限は令和2年2月29日まで）

令和元年（2019年）10月から令和2年（2020年）3月まで、呉市内の対象のお店で利用できます。

◆キャッシュレス決済によるポイント還元

対象店舗でキャッシュレス決済を利用して支払いを行うとポイント還元が受けられる制度です。

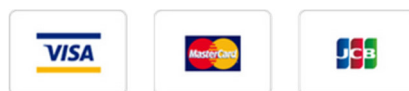
＜ポイント還元制度の要点＞

- キャッシュレス決済に対してのみ適用（対象店舗でクレジットカード・デビットカード・電子マネー・スマートフォン等を使つての支払い）
- ポイント還元率は中・小店舗で5%、大規模チェーン店などで2%
- 実施期間は2019年10月1日（火）～2020年6月30日（火）まで

ポイント還元の対象店舗は
このマークが目印です

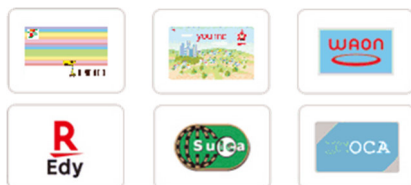


クレジットカード



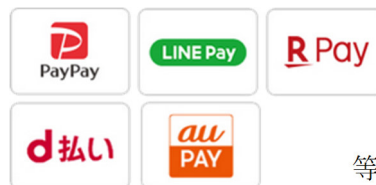
等

電子マネー／プリペイドカード



等

スマートフォン



等

まとめ

消費税は10%と高くなりお財布に厳しいし、軽減税率は複雑でわかり難いですね。

しかし工夫するといろいろとお得な支払方法もあります。

プレミアム付き商品券は申請されていない方も多いようです。申請したいなと思っていた方はまだ間に合いますよ。

自分に合った方法を見つけて賢くお買い物を楽しみましょう！ 無駄遣いはしないようにね(^^)

2019年の振り返りと、新年の抱負

2019年は、通所する回数を以前より増やすことが出来ました。

2020年も引き続きがんばり、支えてくれる周りの人たちへの感謝の気持ちを大事にしたいです。

(K. S.)

やっと1年が過ぎました。昨年は色々な行事にも参加出来ました。今年も皆さんに支えられながら、元気で休まず来ようと思います。今年も宜しくお願いします。(福島真介)

いちにちいぜん
一日一善

by.りょう

10月から若椿作業所を利用するようになりました。

以前と違って、体調も良く、利用できる作業所で気分も穏やかで人間関係にも困ることなくとても良かったと思います。

(M・H)

昨年はいろいろ、しんどいことがあり、迷惑だったけど楽しい思いでもあり、女性仲間の中では優しくあたたかい人達にやはり囲まれて良かったです。いろんなあたかい仲間に支えられてたくさん仲良くしていただきありがたかったです。今年も自分なりに明るく楽しい前向きな気持ちで頑張ります。(Y. A)

《1～3月の予定》

月	日にち	行事(作業所)	場所
1月	6日(月)	ひかり作業所初詣(ひかり)	亀山神社
	〃	ぜんざい会(若椿)	若椿作業所
	30日(木)	ふれんず合同新年会	ビューポートくれ
3月	未定	避難訓練(ひかり)	ふれんずビル

<その他の毎月の定例行事>

- * ひかり…音楽療法(主に第1・第3土曜日) * ふくろう…カラオケ(月1回)
- * 若椿…お楽しみ会(中旬の水曜日)、誕生日会(月末)、シビックマーケット広(1/10、2/14、3/13)
- * ふれんずくらぶ…音楽クラス(主に第2・第4土曜日)、筋力アップクラス・ダンスクラス(主に第1・第3土曜日)



クイズコーナーだよ！



新しくリニューアルしたよ！

頑張って問題を解こう！

問1. ①～④それぞれ縦横斜めに4つの3字熟語ができるよう、中央の赤いマスに漢字を入れよう！

※文字の順序は入れ替えてみてね。

①

領	雑	容
贈		賄
所	入	証

②

預	一	還
滞		延
付	封	貯

回答欄

①

②

③

④

頑張って解くぞ！



③

理	務	所
民		市
得	署	士

④

観	船	出
雲		道
口	山	先

よし解けたぞ！



問2. 問1の①～④の中央の赤いマスに入った漢字を入れ替えて4字熟語を作ろう！

4字熟語

クイズの答えは 1月15日頃に各作業所に掲示します！

編集後記 \(\^o^)/

あけましておめでとうございます！ 昨年は明田元理事長が永眠され、ふれんずにとっては大変悲しい出来事となりました。明田元理事長との思い出を胸に、令和最初のお正月を迎えます。

では、1年のスタートということで、編集部メンバーより新年の抱負を張り切ってどうぞ～！

【アンパチ】…早寝早起きを心掛け、元気に過ごすことが出来る1年にしたいと思っています！

【く う】…最近運動不足になっているので、ウォーキング等したりして頑張りたいなと思います。

【こうちゃん】…いよいよ新しい年のスタートです。今年も1年間「地域活動や行事、ウォーキング」などを通して人とつながりを深めていきたいと思っています。季節にあった「ひだまり通信」のクイズも考えるように努力します。

【とーこ】…生活リズムを整えて、何事にも前向きに笑顔いっぱい的一年にしたいです。

【しげお】…楽しいことにおいしいもの、もっともっと『呉のひだまりすぽと』を発見だ。おーっ！

2020年も、『ひだまり』とふれんず交流編集部をよろしくお願ひします☆ (アンパチ)

