

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



作業所の紹介



かくさぎようしょ りねん とくちよう かつどう しょうかい
各作業所の理念や特徴、活動などを紹介するコーナー！！

こんかい さいきん さぎようしょ ようす ふうけい しょうかい
今回は最近の作業所の様子や風景を紹介します。

かくさぎようしょ くふう ま がんば
各作業所いろいろな工夫をして、コロナに負けず頑張っていますよ。

非接触 体温計



ふれんずビル入り口に設置してあります
画面に顔を合わせて検温してね



さぎようしょ ひかり作業所

さぎようしょ たいさく かんき まど あけ かんかく あ
ひかり作業所では、コロナ対策として換気のために窓を開けたり、いすの間隔を空けるなどして
たいおう ちやくよう けんおん しょうじちゅう ひか
対応しています。メンバーさんにはマスクの着用と検温や、食事中のおしゃべりを控えてもらうなど
きようりよく
協力してもらっています。

さぎよう か がんば りよう か つき かい しょうじかい
作業はこれまでと変わりなく頑張っていて、バス旅行の代わりに月1回の食事会をしています！
くれし みせ こうけん えいよう う か しな
呉市のお店に貢献しよう！栄養つけてコロナに打ち勝とう！ということで、市内のテイクアウトを
りよう たの こくさん じゅう わぎゅう べんどう ごうか
利用して楽しんでいます。(国産うな重、和牛ステーキ弁当など豪華なメニューも♪)

ひと が おんがく あ たいそう きかくちゅう
もう一つ、カラオケ代わりのレクリエーションとして音楽に合わせた体操を企画中です！
みな げんき りよう うれ
皆さん元気に利用してくれて嬉しいです(^^)

わかづばきさぎようしょ 若椿作業所

わかづばき まいにち けんおん あさ にち はじ
若椿は、毎日の検温(朝)から1日が始まります。

ただ し こわ あさ しょうほう ねっちゅうしょうたいさく まいにち
“コロナを正しく知って怖がろう”と朝のミーティングでは、コロナ情報や熱中症対策など毎日のよ
はなし
うに話をします。

さぎようまえ てあら しょうどく つくえ ふ きゅうけい まど あ かんき
マスクはもちろん、作業前には手洗いとアルコール消毒で机も拭き休憩ごとに窓を開け換気をして
の
乗りきっています。

★手作りマスク★
オーダーメイドでも
作れるよ



さと ふくろうの里

あさ さぎようまえ てあら しょうどく けんおん きょうゆうぶ ぶん しょうどく
朝、作業前には手洗い消毒・検温をし、共有部分のエレベーターのボタンやドアノブの消毒をして
います。

がいしよく ひがえ りようこうなど たの ぎょうじ ことし ためちゅうし
外食や日帰り旅行等、みんなが楽しみにしている行事は今年はコロナの為に中止にしています。

つき ど つく ちか みせ べんどうなど こうにゅう おい
そのかわり月に1度テイクアウトデーを作り、みんなで近くのお店のお弁当等を購入し美味しいラン
チを食べています。



-アルコール消毒液-
部屋に入る前に
ワンプッシュ



2020 夏のイベント



ことし れいねん ま もうしょ つづ ねっちゅうしよう あつ なつ
今年もまた例年にも増して、猛暑が続き、熱中症になるぐらい暑い夏でしたね。

みなさんはどんな夏を過ごされましたか!?

か かくさぎょうしょ やきにく いろいろ おこな
コロナ禍ではありますが、各作業所では焼肉パーティーなど、色々なイベントを行いました!

さぎょうしょ
ひかり作業所

がつ にち ど
8月10日(土)

やきにく
焼肉パーティー (ふれんずビル)

やきにく うし にく なつ あつ
焼肉パーティー牛の肉で夏の暑さにバテぎみ

にく た からだ かん
肉とヤサイが食べられるということに体にいい感じがみなぎる感。ヤサイはピーマン・シイタケ・ウィンナー。

いろいろ た
ヤキソバとかくしゅ色々とありにんにくもあったが食べてない

た はら すこ はら ぶんめ
おいしかった。食べすぎると腹がパンパンになるので少しひかえめに腹8分目にした。

あじ
味つけもよかった。

にち
とてもいい1日でした。

ばしょ かい かい ひと かい
場所は3階と2階 ほとんどの人は3階

あぶら にく のみもの いろいろ ちゃ
ホットプレートに油をひき、肉はタレをつけ、ヤサイもタレにつけて、飲物も色々あったがお茶にした。

はたもと かずまさ
(畑本 一正)



こめ き てつだ
お米をたいたり、ウィンナーを切ったり、お手伝いをしました。

にく ぎ や
肉は、うす切りだったのでホットプレートで焼くには、むいていました。

や にく た
焼きそば、お肉などたくさん食べました。

や あじ よ
焼きそばの味つけも良かったです。

かん
ノンアルコールビールがあったので、ジュース感かくでのめたので良かったです。

かいひ むりよう きがる さんか
会費も無料だったので気軽に参加できたのでよかったです。

だ ひと た
スイカがあったのですが、出すのをわすれていて、のこった人たちで食べました。

(@tushi)



わかづばさぎょうしょ
若椿作業所

がつ 8月27日(木)

やきにく た かい
焼肉を食べる会 (じゃんじゃか)

みんながわきあいあいと焼肉を食べて
ふれあいの場があってとても良かったです。
じゃんじゃかにまた行きたいです みんなと
(瀬川 利彦)



2ヶ月連続で焼き肉を食べるといふ贅沢の極みを体験させていただきました。
お腹いっぱいになりました。
3ヶ月連続で焼き肉でも良いぐらいです。
また作業所でのお仕事を頑張ろうと思いました。面白かったです。
(サンシャイン)

さと まいつきいっかい
ふくろうの里 毎月一回

たの かい べんとう さと
お楽しみ会 (テイクアウト弁当) (ふくろうの里)

エビフライ 弁当 た おお
弁当を食べたのですが、エビが大きめでおいしかったヨ
(石脇)

ばんやす うみ い
お盆休みは海へ行きました。
すいようび みんな ひ ちゅうか ぎゅう べんとう た
水曜日に皆で冷やし中華や牛タン弁当を食べました。
おい
美味しかったです。
(やっさん)

みんな た
テイクアウトをして皆で食べました。
とうぶん あいだ まいつきいっかい もの た おち すこ たの
当分の間、毎月一回あるのですが、これからいろんな物を食べると思うと少し楽
しみです。 (K. ヒデキ)





～ メンバーさんのキラリを紹介します ～

このコーナーでは、メンバーさん、職員さん、ボランティアさんなど、ふれんずに関わる方の、「キラッ」と光る活動や一面を紹介していきます。

今回のキラリは、ふれんずの中で趣味や余暇の楽しみ方が上手な方にスポットをあてて、ふれんずサポートセンターの三浦さんにインタビューをしました！
普段と違うアウトドアな一面をご紹介します。



ひだまり交流編集部（以下、編）：「今日ではよろしくお願いします。」
三浦（以下、三）：「よろしくお願いします。」



おすすめの趣味やマイブームなど好きなことを教えてください

三：「そうですね、道の駅を巡るのが好きです。」

編：「道の駅のどんな所が魅力ですか？」

三：「季節の旬な野菜・珍しい野菜が置いてあったり、新しいものを見つけたり・買ったり、買ったものを家で料理する楽しみもあります（＾＾）」

編：（三浦さんが家で料理をしている姿を想像・・・ムフツ）

編：「いつ頃からのブームなんですか？」

三：「う～ん、10年くらい前からかな。」

若樫作業所の指導員になった頃に、道の駅に他の作業所の商品が置いてあるのを見たことが切っ掛けで、それから京都で「手作り市」というのがあって、そこで売っていたクッキーを見て、クッキーとかを作るのも好きなので仕事と趣味が一致しました！

小物やクッキーのラッピングやディスプレイの仕方も参考にもなって、職員とも検討したりと役にも立ったんですよ。」

編：（三浦さん勉強家だなあ。すご～い）



おすすめの道の駅はありますか？

三：「松江道のたたらば吉番地やおろちの里がいいですね。」

編：「山陰方面なんですね。」

三：「そうですね。山陰が好きですね。家で食べる仁多米（島根県のお米）も季節になると買いに出かけます。」



お気に入り2コース

・奥出雲コース（お米コース）

いちばんち さと みち えき しゅぞう かめだけおんせん さんちよくいち
たたらば壱番地 → おろちの里 → 道の駅 酒造 → 亀高温泉 産直市 → たかの

・神石高原町コース（ぶどうコース）

のうえん しよくさいかん
はら農園 → 食彩館



おすすめのシーズンはありますか？

三：「やっぱり秋ですね。おいしいものが好きなんです。」

いま みち えきめぐ やす たと まいとしじんせきこうげんちよう か い
今はコロナなので道の駅巡りもお休みしてるんですが、例えばぶどう。毎年神石高原町にピオーネを買いに行ってるんです。

あき しんまい で こめ か おくいずも か じんせきこうげんちよう とお
秋には新米も出るので、お米を買うときの奥出雲コースと、ぶどうを買うときの神石高原町コースの2通りのコースがあります！！！」

編：（三浦さん、本当に道の駅が好きなんだなあ）

夢はでっかく 全国道の駅巡り



道の駅での思い出は？

三：「そうですね～。新そばまつりで、40分くらい並んでありついたそばが、お腹空いていたのにあまりおいしくありませんでした。残念だったな。」

編：「あはは、残念でしたね。いい思い出もあつたら話してもらいたいのですが。」

三：「うふふ、そうですね。神石高原町のピオーネなんですが、これはもともとテレビで観たのが買いに行くきっかけだったんです。」

もう10年以上通っていきまして、農園の人にも顔を覚えてもらっていて。

元気かどうか気にしながら、毎年会えるの楽しみに行くようになってます。

そこではぶどうの味見をさせてもらったり、今年の出来栄を教えてもらったりと、交流があり、思い出話をいただいています。」

編：（ぶどうを頬張りニコニコ顔の三浦さんを想像）

三：「今年もどっちかに行きたいけど、コースは止めて仁多米だけ買いに行こうかな？」

三：「道の駅は買いに行くのも、買って帰ったものを報告・配ったりするのも楽しいです。家でも余韻を楽しめて、おしゃべりの話題にもなるしね。」

「呉にも道の駅ができたらいなあ。夢は全国・北海道の道の駅巡りです！！」

編：「今日は楽しいお話を聞かせていただき、ありがとうございました。」



うち de ひだまり スポット

秋 真つ盛り!

どくしょ あき げいゆつ あき あき しょくよく あき
読書の秋、芸術の秋、スポーツの秋、食欲の秋…

なか どくしょ あき ほん き い
その中でも、読書の秋ということで、ひだまりメンバーのおすすめの本、お気に入り
ほん べつ しょうかい
の本をタイプ別に紹介します。



おくふか せかい し
奥深く世界のことを知りたいあなたに

こっき ずかん
そんなわけで国旗つくっちゃいました! 図鑑

しゅふ ともしゃ
/ 主婦の友社

さまざま くに こっき な た か しゅと
様々な国の国旗の成り立ちが書かれていて、「首都」
じんこう げんご づうか おほ
「人口」「言語」「通貨」なども覚えることができる。
わ か きょうみ も よ
イラストで分かりやすく書かれているので興味を持って読む
ことができるといった。



さがる ほん よ
気軽に本を読みたいあなたに

きねん び たわら ま ち
サラダ記念日 / 俵万智

あじ きみ い しちがつむい か きねん び
「この味が いいねと君が言ったから七月六日は サラダ記念日」
たん か ゆうめい
っていう短歌が有名ですね。
さいきん たわら ま ち つく
最近、俵万智さんがTwitterで、作ったのは、サラダではなくカレー
ふうみ からあ とうじ うらばなし
風味の唐揚げだったと当時の裏話をされていました。



どくしょ しょくよく
読書より食欲のあなたに

レタスクラブ / KADOKAWA

りょうり ざっし
料理の雑誌です。
まいつきき せつ りょうり たくさんしょうかい なか
毎月季節の料理のレシピが沢山紹介されていて、中には
かんたん おい
簡単で美味しいものもあります。
りょうり ちょうせん た
料理に挑戦して、たらふく食べちゃうのもいいかもね。

かいわ にがて
ちょっと会話が苦手なあなたに

だれ ふんいじょう
マンガでわかる! 誰とでも 15分以上

かいわ はな かた しゃ
会話がとぎれない! 話し方 / すばる舎

まんが まんが す ひと
漫画でのやりとりになっていて「漫画」が好きな人にはい
おも いろいろ あいて きも よ と
いと思った。色々なパターンで相手の気持ちを読み取
もと がくしゅう おも
ったりコミュニケーションを求める学習にもつながると思
った。



す
スポーツが好きなあなたに

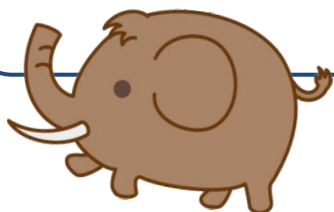
ひろしま
広島アスリートマガジン / サンフィールド

ぞん ひろしま ざっし じょうほう まんさい
ご存じ広島スポーツの雑誌。カープの情報が満載!
じょうほう
ちょこっとだけサンフレッチェの情報もあるよ。
かんせん い ごろ いっさつ じょうほう
観戦に行くこともままならないこの頃、この一冊で情報をゲ
ットしよう!

どうぶつ きょうみ
動物に興味があるあなたに

わけあって絶滅しました。世界一おもしろい
絶滅したいきもの図鑑 / ダイヤモンド社

いきものの歴史を振り返ると、強そうないきものがあつてなく
絶滅している。なぜ？
いきものの生存ミステリーを探ってみたくなる本です。



じぶん いろ さが
自分の“色”を探したいあなたに

ぼくはイエローでホワイトで、ちょっとブルー
/ ブレイディみかこ

肌の色、貧富の差、価値観の違い…日本でも格差があり、自分とは
異なる他者を受け入れる事が、どうしてこんなに難しいんだろう。
誰かを恨んだり羨ましがったりする気持ちはどこからくるんだろう？
ふとした事なんです、色々と考えさせられる、教えてもらえる本です。



みな あき よなが かたとき き ほん よ
皆さん 秋の夜長の片時に、気になった本を読んでみてはどうですか？

げんじつとうひ
現実逃避したいあなたに

ノラネコぐんだんパンこうじょう / 工藤ノリコ

あるパン工場が舞台の絵本です。絵本に出てくる絵がか
わいくて、おいしそうで、現実の世界ではありえない！
内容の絵本です。ただ、眺めているだけでも、楽しいかも
しれません。



がつ よてい
《10～12月の予定》

月	日にち	行事（作業所）	場所
10月	22日（木）	お楽しみ会（ひかり）	ふれんずビル
	未定	お楽しみ会（若椿）	未定
	未定	テイクアウトデー（ふくろう）	ふくろうの里
11月	未定	お楽しみ会（ひかり）	ふれんずビル
	未定	お楽しみ会（若椿）	未定
	未定	テイクアウトデー（ふくろう）	ふくろうの里
12月	未定	バザー（若椿）	未定
	未定	大掃除・忘年会（ひかり）	ふれんずビル
	未定	忘年会（若椿）	未定
	未定	クリスマス会&忘年会（ふくろう）	未定

しんがた
新型コロナウイルスの
えいきょう よてい へんこう
影響で予定の変更も
かんが
考えられます。
りようしよう
ご了承ください！

<その他の毎月の定例行事>

- * ひかり…音楽くらぶ（10月以降未定） * 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）、ジビクマーケット広（10/9、11/13、12/11、主に第2金曜日）
- * ふれんずくらぶ…音楽クラス（10月以降未定）、筋力アップクラス・ダンスクラス（10月以降未定）

クイズコーナー！

と けいさんしき
解きやすい計算式があるの
と
で、そこから解いていくとい
おも
いと思うよ！



けいさんしき あき
計算式が6つあるので、それぞれ「秋のイラスト」に
はい すうじ すいり かいとうらん う
入る数字を推理して解答欄を埋めていこう！



+



-



=

1

(



+



)

÷



=

7



+



+



=

34



+



-



=

18

(



+



)

×

3

=

24



-



+



=

?

なかなか
なんもん
難問だな

と
よし解け
たぞ！

解

答

欄



なつこう ごう こた
夏号(21号)の答えは、

(1)	いく	どう	おん	異	口	同	音
	こは	るび	より	小	春	日	和
	しこ	うさ	くご	試	行	錯	誤
(2)	じご	うじ	とく	自	業	自	得
	そう	いく	ふう	創	意	工	夫
	いき	とう	ごう	意	気	投	合

みな と
皆さん、どうでしたか？ 解けましたか？

へんしゅうこう き
編集後記 \(\^o^\)/

まいにちあつ ひ つづ みな ねっちゅうしやう なつ など
毎日暑い日が続いて、皆さんは熱中症、夏バテ等になってませんか？ 先日、コロナの影響で行事がなくなっている
なか わたし う あ は なび えいどう み こと なつ かん すこ すず みな すこ
中、私は打ち上げ花火があがっている映像を見る事ができ、夏を感じ、少しでも涼むことができました。 皆さんも、少し
きぶん なご みちか なに きせつ かん さが
でも気分を和ませるためにも、身近に何か季節を感じるものがないか探してみるのもいいかもしれませんね！ (く)