

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 31 号 ふれあい会館内
Tel:(0823)23-8679
Fax:(0823)36-6510
E-mail:furenzhp@furenz.or.jp

冬
号

あけまして おめでとうございます

平成 29 年は、メンバーにとって嬉しいニュースがあります。

それは、多機能型事業所ふれんずが、マツダ(株)の隣の角地に新築されることです。

平成 9 年から「ふれあい会館」で運営してきたひかり作業・ふれんずサポートセンター等が
移転し、更に相談支援業務や就労移行支援業務のスペースが拡充され、その上、

メンバーが最も熱望していた会議室兼娯楽室

(カラオケ、趣味を生かした作品作りの場等)

が仲間づくりの場として設置されます。

現在の計画では、6 月一杯で完成する予定です。

楽しみに待っていて下さい。



振りかえってみると、メンバーと職員が手を取り合って、道を誤らず、急がず、休まず、
一歩一歩堅実に足を運んだおかげと感謝の念で一杯でございます。

これからも、親切・感謝・笑顔の実践により、この新しい城を前進させて下さい。



しゃかいふくしほうじん
社会福祉法人 ふれんず

りじちょう あけだ かずひさ
理事長 明田 和久



秋の旅行



が つ がつ かくさぎょうしょ りょうこう かくち い
 10月、11月に各作業所がバス旅行で、各地へ行ってきました。
 さんかしゃ かんそう
 参加者の感想です☆

わかづばさぎょうしょ がつ にち きん あき りょうこう たいしゃくきょう
 若橋作業所 10月28日(金) 秋のバス旅行 in 帝釈峡

ぼく はじ たいしゃくきょう
 僕は初めての帝釈峡でした。
 あいにくの あめ なか かし た けしき み かいてき す
 あいにくの雨でしたが、バスの中はお菓子を食べつつ景色を見ながら快適に過ごせました。
 ぼく げんち しゃしん と まんぞく
 僕としては現地の写真をたくさん撮れたので、満足できました。
 わかつばさ なかま い よ おも
 これからも若橋の仲間といろんなところに行けたら良いと思いました。
 たかたに だいし
 (高谷 大史)



が つ にち さぎょうしょ りょうこう たいしゃく い
 10月28日 作業所の旅行で、帝釈きょうに、行きました。
 なか おも きかい
 バスの中で、カラオケをしようと思ったのですが、機械がなかったので、できませんでした。
 たいしゃく やかたぶね の みずうみ たん すこ こうよう うつく
 帝釈きょうで、屋形船に乗って湖を探さくしました。少しだけ紅葉していて、美しかったです。
 あめ ふ ざんねん しげん ぼしょ
 ちょっとですが、雨が降ったので残念でした。また自然のいい場所にいたらとおもいます。
 あらたに たかし
 (荒谷 隆)

たのしいのしいバス旅行 しかし雨、雨、雨 北へ行くほど民家がすくなくなっていく 見わたすかぎり田んぼばかり
 よかったことといえばバイクで食べた、たこ焼きのおいしかったこと
 バスがおニューだったのはよかったけどカラオケがなかったのは残念でした
 わかつばさ き あした さぎょうしょ おも
 でも若橋のメンバーが一つになったような気がしました 明日も作業所でがんばるぞという思いになりました
 あめ りょうこう おも で おも いじょう
 雨の旅行もいい思い出になったと思う 以上
 よっ
 (吉ちゃんイカ！)

さと がつ にち すい あき りょうこう みやじま
 ふくろうの里 11月16日(水) 秋のバス旅行 in 宮島

ごはいろいろたべてカキフライ、茶碗蒸しおいしかったよ。
 すいぞくかん、こい、たこ、ペンギン、アシカショーいろんな魚もいたよ。
 みやじま
 宮島さいこう
 (しずかちゃん)



あつ ある き い まえ しょうじき きたい き よ
 けっこう歩いた気がします。行く前は正直あまり期待していなかったのですが、ふんい気とかあってまあまあ良かったです。
 ひと おも おお き
 あと人が思ったより多かった気がします。
 (K. ひでき)

いりぐち つ しか い すこ こわ あた
入口に着くとさっそく鹿が居て、少し恐かったが、のど辺りをさすってやった。

しか なに もし て こな かつた ので 良 かつた が、 後 に 看 板 に 雄 は 危 険 と 書 け れ ば 見 て、 見 け け に よ ら ず 恐 い だ な
鹿はそのまま何もしてこなかったのが良かったが、後に看板に雄は危険と書かれているのを見て、見かけによらず恐いんだな
とギャップを感じて、逆に手なずけてみたくなってきた。

ちゅうしょく くさ おとな あじ おも た の おい にが
昼食はあなごで、臭みはあったが、これが大人の味なのかなと思って、食べたが、ビールのように飲めば美味しいような苦いよ
うな感じで、大人にならないと美味しいとは思えないだろう…。

ほんだい みやじま けしき しゃしん と すべ むかし ひと じぶん だいく
本題の宮島の景色は、写真を撮るところがたくさんあるので全ておもしろいし、かつこいいし、昔の人のように自分も大工の
ような作業をして建物を作ってみたいと思った。かつこいいのを作れてあこがれた。

かえ もみじ さいふ か
帰りは、紅葉まんじゅうとふくろうの財布を買った。

しゃもじ ぞうり など たんのう ちよきん いど おも
しゃもじと草履とかき等まだ堪能していないものがたくさんあるので、次は貯金して挑もうと思った。

はまもと しゅん
(濱本 瞬)



さぎょうしょ がつ にち ど あ き みやじま ひろしま ちゅうしょく
ひかり作業所 11月26日(土) 安芸の宮島とプリンスホテル広島ランチbuffetの昼食

わたし ねん ひろしま い しよくじ た よ
私は2年ぶりに広島へ行きプリンスホテルでバイキングをたくさん食事をたくさん食べられたので良かった。

みやじま じたく ぶつ
宮島でもみじまんじゅうを自宅にもってかえり仏壇にそなえた。

なか うた ざんねん すい かん なか さかな
バスの中でカラオケを歌えなかったので残念でした。水ぞく館の中でいろんな魚がみえたのでよかったです。

ひと すこ つか いえ かえ あめ
人がたくさんいて少し疲れた。家の帰りに雨にぬれてかえった。

みやじま しょうがくせい い たの
宮島は小学生じだいにしが行っていなかったのが楽しかった。

きねんしゃしん かね い
記念写真にはうつらなかつたけど、お金がたまったら、またちゃんすがあつたら行きたい

かえ か し
帰りにジュースとお菓子をたくさんもらえたのでよかったです

たくさんいろんな所へ歩いたので疲れた。(H. I)



てんこう すこ くち あつ さむ
天候もよく、少し曇っていた。暑くもなく寒くもなく。

ひろしま つ た
広島のホテルに着くやいなやバイキングを食べた。おいしかった。

ぎゅうにく すこ あぶら ちい ま くる
牛肉とかみそしるは少し油っぽかった。パンが小さいのが真っ黒でिकासミがかった。

カレーがおいしかった。ホテルでけっこん式をやっていた。

じぶん かえ とき みやじま しき
自分が帰る時、宮島でもしんでんけっこん式をやっていた。

しょうてんがいが少し内側に、その奥では山に登りがあった。海のとりが見える所だった。

うみ あか うみ ちか ところ みせ みせ はまもと
海のしんでんは赤いつうろがあって、海に近い所だった。テントでできた店が海ぞいにあった。(畑本)

じどうはんばいき 自動販売機でKさんと、ブドウジュースを買ってたら、100m差がつきました。

これは、インソップ物語のうさぎとカメの話と同じで、ちょっとゆだんしたらぬかされる事と同じだという事が分かった。

父は人生は、マラソン競争だといって、亡くなったが父の声を思い出し、帰り雨が降って、涙が出た。

人生、山あり谷あり 合しよう

おくがわ たいぞう
(奥川 泰三)

第22回ふれあいコンサート in 呉



12月10日(土)に呉市文化ホールにて「第22回ふれあいコンサートin呉」が開催され、呉市にある作業所、そしてふれんずからもひかり作業所と若椿作業所が参加して、盛大なコンサートとなりました。その様子を、感想を交えてご紹介します。



今年の「ふれあいコンサート」のテーマは「～笑顔の花が咲く～」だった。

オープニングの「いくせい太鼓」の和太鼓演奏を始め、各事業所の「発表、ダンス、コーラス」と笑顔がステージいっぱい輝いていたと思う。

事業所発表は、「ぼこ・あ・ぼこ」のパワーのある「よさこい踊り」、「たまご会」の個性あふれる「太鼓演奏」があり、事業所の特色を表していたように思った。その後の「ダンスレボリューション&いくせい太鼓」では、会場も一緒になって「365日の紙飛行機」の歌に合わせて手と体を動かしてステージとの一体感をもたせた。



「ふれあいコンサートスペシャルバンド」(歌と踊り)では、メンバーさんも数人ステージに上がって一緒に踊って楽しんでいた。

日頃の思いや悩みなどを思いっきり発散できる場として、「ダンス、歌、踊り」はとても効果があるように感じさせられた。

その後、「呉混声合唱団&コーラスグループ ラ♪ドルチェ メンバー」の美しい「コーラス」で穏やかな雰囲気包まれた後、「スペシャルダンス」に移った。「ダンスコーナー」はとても魅力的で、「キッズダンサー」を始め、「ダンスレボリューション、事業所職員によるダンス」は本格的で、ふれあいコンサートの新たなステージを感じさせられるほどだった。

“フィナーレ”では、^{くるま}車いすの人も参加して“スペシャルバンド”をバックに会場を盛り上げて幕を閉じた。
^{しかい}ステージで司会・^{しんこう}進行を務められていた人は、^{つと}汗びっしょりになるまで盛り上げられていたので^{かんどろ}感動を覚えた。
^{らいねん}来年度以降もステージとの^{きょり}距離を感じることのない“ふれあいコンサート”を^{きたい}期待したいと思う。



もちつき

^{さと}ふくろうの里は、^{がつ}12月^{にち}10日^ど（土）に蒲刈のふれあい餅つき大会に参加しました。
^{まいとし}毎年恒例となったこの行事を、^{ぎょうじ}何日も前から^{なんにち}楽しみにしていたメンバー達。
^{だんせいじん}男性陣は「よいしょ」のかけ声に^{ごえ}合わせ力をこめて餅をつき、^あ女性陣は^{ちから}地域の方と^{もち}楽しく餅を丸めました。
^{もち}餅つきのあとに^{ぞうに}ふるまわれたお雑煮と^{おい}きなこもちはと一つも^{れんぱつ}美味しくて、みんなおかわり連発！！



^こ5個もペロリと^た食べたメンバーもいました。
^{なか}お腹いっぱい、^{えがお}笑顔いっぱいの1日を^{にち}過ごすことが^{でき}出来ました。

呉のひだまりスポット



呉の素敵な場所を紹介するコーナー 第4弾！！

今回は、中通り商店街のお好み焼き屋「多幸膳」さんを紹介します！！

中通り商店街アーケード南側から入ってすぐの場所にあるお好み焼き屋さん
 ご存知の方も多いかと思えます。取材日のランチタイムはすぐに満席になった人気店です。
 テーブル席と座敷席があり、マンガもいっぱいあるので一人でも複数人でも大丈夫！
 メニューが豊富なので、複数で行った時にはいろいろ頼んで分け合うのもおススメ。
 鉄板でアツアツを食べられるのも魅力です。



今回は、ホルモン焼きうどん、呉焼き、ヘルシーお好み半そばを紹介します。



- **ホルモン焼きうどん (990円)**
 - ・味は甘辛の焼肉のたれで変わっていた
 - ・ホルモンの量があり、柔らかくて食べやすかった
 - ・半熟の目玉焼きでまろやかになった。
(崩すタイミングに迷うなあ～)

● 呉焼き (770円)

- ・そばが細いストレートめんではボリューム満点、値段もお手頃
- ・焼きそば又は焼うどんを生地で半月状に包んだ、呉独特のお好み焼き
- ・てっぺんグランプリに出場
- ・そばは特性辛味噌のソースで味付けされていて、ちょっとピリ辛
物足りない人は追加すると辛さUPでよりおいしくなります

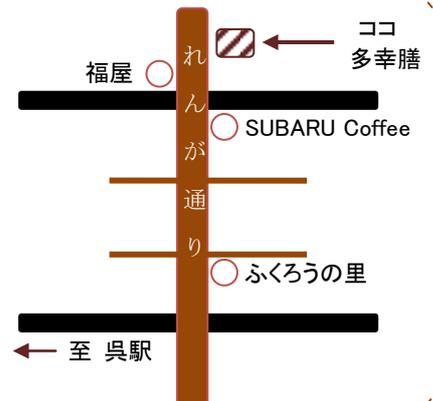


● ヘルシーお好み焼き半そば (830円)

- ・カロリーが 519Kcal で控えめ
- ・そばが半分の代わりに、ネギとキャベツがたっぷり
- ・ソースもダブル-half (塩分とカロリーが半分) であっさりめ
- ・ダイエット中でもお好み焼きが食べたい時にぴったり



取材の日はちょうど **カーブのCS優勝** サービス期間で、
 生ビール又はソフトドリンクが **サービス!!**
 お昼からビールとウーロン茶で乾杯～(^▽^)/
 カーブありがとう！！



祝☆優勝!



2016カープ座談会

つづき

昨年8月17日に開催したカープ座談会、みなさん覚えていますか？

今回の順位予想は、カープ優勝への期待の高まりからこのような内容でした → → → →

そして、広島中が歓喜に沸いた25年ぶりのリーグ優勝！

座談会で歌った宮島さん（得点した時に歌う曲）も、練習した甲斐がありましたね。

クライマックスシリーズでは、田中選手が12打数10安打という神ってる成績でMVPに！

また、日本シリーズでは黒田選手が両足をつるアクシデントの中、あの大谷選手を打ち取る

まで投げ切る男気溢れる投球を見せてくれました。

今期で引退は残念ですが、その活躍を称えて背番号の“15番”は永久欠番になりました。

さんかしゃじゆんいよそう
＜＜参加者順位予想＞＞

- 優勝（8票）
- 2位（5票）
- 3位（1票）
- 4位（1票）
- 5位（1票）
- 6位（0票）

2017年に向けて

来シーズンの活躍と念願の日本一に向けて、ふれんず交流編集部が勝手に考える、カープの強化ポイントを発表します～！！

① 監督の采配力アップ:

日本シリーズでは短期決戦の采配の難しさを痛感しました。今回は日本ハムファイターズ・栗山監督の柔軟な采配が光りましたが、来年の緒方監督には今年の経験を活かしてもらいたいですね。

② 黒田選手が抜けた分を埋められる投手陣の活躍:

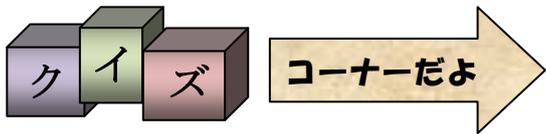
黒田選手が挙げた10勝分を投手陣が埋めていけるかどうかはキーになるでしょう！

③ 勝ちにこだわる粘り強さ:

今年のカープは勢いがあり逆転勝ちが45試合にも上りましたが、日本ハムには逆に後半にひっくり返されました。より粘り強い野球ができるチームになることを期待しています！

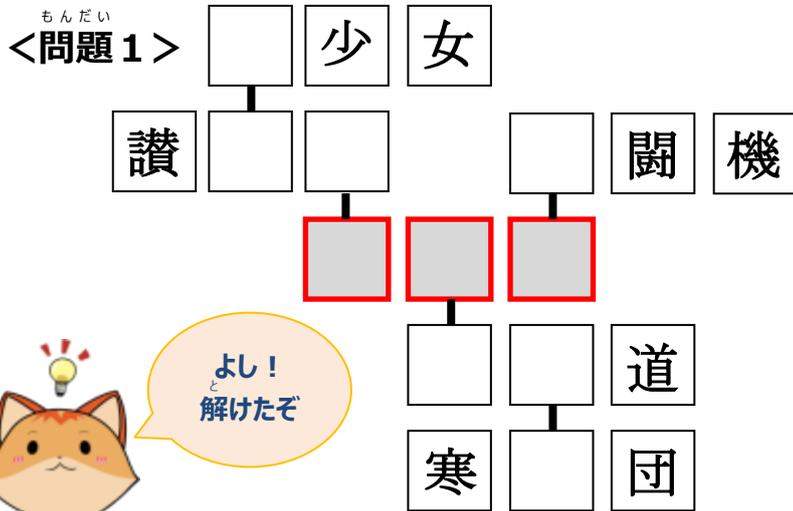
《1～3月の予定》

月	日にち	行事（作業所）	場所
1月	4日（水）	有志によるぜんざいパーティー（ふくろう）	ふくろうの里
	5日（木）	芋煮会（ふれんず）	ふれあい会館
	6日（金）	ぜんざい会（若樺）	若樺作業所
	〃	ひかり作業所初詣（ひかり）	亀山神社
	19日（木）	ふれんず合同新年会（ふれんず）	つばき会館
	28日（土）	FST（ふれんずサポートセンター）	ふれあい会館
	中旬（水）	お楽しみ会（若樺）	未定
2月	中旬（水）	お楽しみ会（若樺）	未定
	下旬（土）	FST（ふれんずサポートセンター）	ふれあい会館
3月	中旬（水）	お楽しみ会（若樺）	未定
	下旬（土）	FST（ふれんずサポートセンター）	ふれあい会館



こんかい として
今回のテーマは“年越し”です

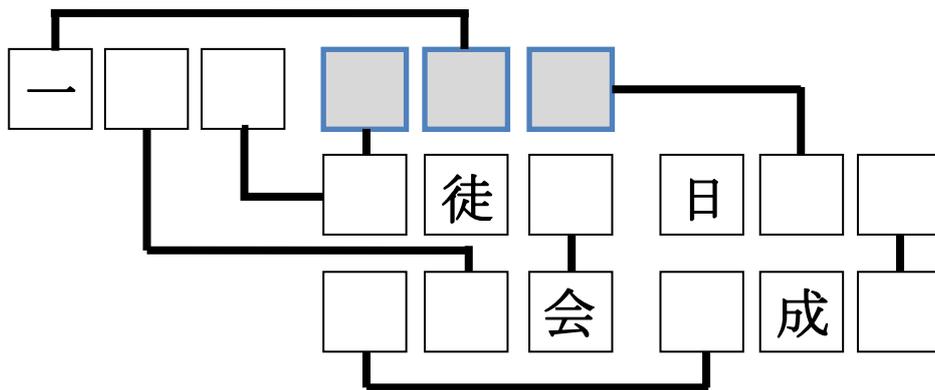
じょうず じじゆくご よこほうこう う
 上手に3字熟語ができるよう横方向にマスを埋めていきましょう！
 せん おな かんじ はい
 線でつながったマスには同じ漢字が入るよ！
 さいご いろ はい じじゆくご こた
 最後に色のついたマスに入る3字熟語を答えてね！



こた <答え>

	かい	とう	らん
	解	答	欄
①			
②			

もんだい <問題2>



こた
クイズの答えは
 がつ にちころ
1月15日頃に
 かくさぎようしよ
各作業所に
 けいじ
掲示します！

へんしゅうこうき
 編集後記 \ (^o^) /

あらた おが たかんとくふう わらい ことし たの よ
 改めまして、あけましておめでとうございまーす！（カーブ・緒方監督風に（笑））今年も『ひだまり』を楽しく読んで
 もらえるよう、張り切ってがんばります！ それでは新年号らしく、編集部メンバーの2017年の抱負をご紹介します。

- 【こうちゃん】・・・しっかりリフレッシュしながら、活動を通していろんなアイデアを取り入れていきたいです！
- 【たますけ】・・・心穏やかに過ごしていきたいです(^^)
- 【ばっしー】・・・昨年は極端なダイエットの結果、リバウンド・・・なので今年は健康的に痩せるぞー！
- 【しげお】・・・今年サンフレッチェ座談会を開きたいな☆

ねん こうりゅうへんしゅうぶ ねが
 2017年も、『ひだまり』とふれんず交流編集部をよろしく願います ☆ (ばっしー)