

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



2021 夏のイベント

ことし もうしょ おおあめ なが つづ なつ
今年もまた、猛暑や大雨が長く続くへんな夏でしたね。

みなさんはどんな夏を過ごされましたか!?

かくさぎようしょ まいとしおこな やきにく
各作業所では、毎年行われている焼肉パーティーができなかったのも、
それぞれ工夫をしてイベントを行いました！

さぎようしょ がつ にち もく たの かい べんとう
ひかり作業所 8月26日（木）お楽しみ会（おうちレストランにしまき DXステーキ弁当）

ことし えいきよう まいとし で き
今年はコロナの影響で毎年バーベキューパーティーが出来なかった。
かわって西条の「ふるさと」と言う所になっていたが、取りに行くのが
むずかしいということで、キッチンニシマキの「デラックスステーキ弁当」を
食べた。とても肉がとろけそうで、おかずもたくさんあった。

（しんちゃん）



がつ まいとし や にく りゅうこう こと
8月は毎年焼肉パーティーなのですが、コロナが流行している事
もあって、今年はお弁当にした方がいいだろうとなって、にしまきのデ
ラックスステーキ弁当を食べました。量もちょうど良かったし、味つけ
も良くてとても美味しかったです。

さけ さぎようしょ の みやげ かたち みやげ
お酒は、作業所では飲まずお土産という形でした。お土産になっ
てなんか得した気分でした。

せいげん なか で き こと くだ
コロナでいろいろ制限があるけど、その中で出来る事をして下さって
ありがたいと思いました。

かがみ ゆめか
（各務 夢香）

わかづばきぎょうしょ がつ にち すい たの かい し せんどう ちゅうかべんとう
若椿作業所 8月25日(水) お楽しみ会 (四川堂 中華弁当)

きょう たの かい しょくじ ちゅうかべんとう
今日のお楽しみ会の食事は中華弁当です。まずおいしかったのはチンジャオロースです。ほかに 春巻きです。
から あ 唐揚げもおいしかったです。エビチリが とても辛くて全部きれいに食べられません。デザートのごまダンゴは口にあって、おいしかった
です。トータルすると、とてもおいしい食事でした。
つぎ たの かい たの たの
次のお楽しみ会も楽しみがふえて、楽しみにしています。

にしかわ としみつ
(西川 俊光)



こんかい し せんどう べんとう ちゅうかりょうり しゅるい ほうふ
今回の四川堂のお弁当は中華料理で種類が豊富でとてもおいしかったです。
とく すぶた 特に酢豚がおいしかったです。チンジャオロース、春巻、シューマイ、とりのからあげなど
どれから食べようか、まようほどでした。
じゅんぴ 準備をしてくださる職員さんに感謝します。ありがとうございました。

(クー)

し せん から 四川が辛かったけどおいしくいただきました。機会があれば
また行きたいです。

(ヒロ)



さと がつ にち すい たの かい やまの や れいめん べんとう
ふくろうの里 8月25日(水) お楽しみ会 (山乃家 冷麺と弁当)

こんかい れいめん なつ
今回冷麺は夏らしくおいしかったです。暑い時はつめたい物がいいね。旨かった。
からあげ エビフライ しおさば メンチカツのどれかがはあった小さいおむすび弁当を選べました。ぼくはエビフライにしました。
おい 美味しかったです。

(げっち)

れいめん とおむすびのセットを食べました。おむすびは、おかずが何種類か
あって、選べて良かったです。私は、イカフライにしました。冷めんもおいしかったです。

えご いとみ
(恵古 糸未)



ひかり作業所

新所長の紹介

が につけ はらおかかずひろ さぎょうしょ しちょう しゅうにん しょうかい
8月1日付で、原岡和洋さんがひかり作業所の所長に就任されましたのでご紹介します。

さぎょうしょ はらおか
ひかり作業所 原岡

みなさん、こんにちは。わたしは、今年の7月から社会福祉法人「ふれんず」のひかり
さぎょうしょ はたら じごと ふな おお めいわく
作業所で働かせていただいています。はじめての仕事で不慣れなことが多くご迷惑をかけるこ
とお おも いっしょうけんめい が ねが
とが多いと思いますが、一生懸命頑張りますので、よろしくお願いします。

さて、新型コロナウイルス感染症の世界的な流行で、わたしたちの日常生活も大きく変わ
りました。マスクをして口元をおおい、密にならないように人と人との距離を取らなければならな
くになりました。久しぶりに会う家族や友達と一緒に食事することも、お酒を飲むことも、カラオケ
うた ひか かいはつ しんぼう おも
で歌うことも控えなければならなくなりました。ワクチンが開発されるまでの辛抱だと思っていま
したが、ウイルスが変異しワクチンの効果も不透明なので、この状態がいつまで続くか先が
みとお
見通せません。

このウイルスによって人と人との関係が分断されかねない状況ですが、人間は社会的動物
といわれるように、ひとりでは生きてゆくことはできません。こういう時だからこそ、感染症対策を
おこな ひと ひと たいせつ ささ あ
しっかり行ったうえで、人と人とのつながり（きずな）を大切にして支え合っていかなければな
りません。

わたしは、メンバーの皆さんが和気あいあいと作業をされている
なご ふんいき さぎょうしょ す
和やかな雰囲気（ふんいき）のひかり作業所がとても好きです。

なかよ うつく ことば
「仲良きことは美しきかな」という言葉がありますが、これからもみんな
たす あ なかま おも なかよ しごと
なで助け合（たす）って、仲間（なかま）を思いや（おも）って、仲良く（なかよ）仕事（しごと）をしてい（す）きましょう。



東京オリンピック・パラリンピック 2020

オリンピック・パラリンピック、メダルラッシュに盛り上がりましたね。皆さんご覧になりましたか？

7月23日（金）に開会式が行われ、翌24日には柔道男子60キログラム級で高藤直寿が日本人第一号の金メダルを獲得。

東京大会 日本最初のメダリスト

金メダルは、柔道 男子 60キログラム級の 高藤 直寿

ちなみに最初のメダルは、柔道 女子 48キログラム級の 渡名喜 風南 の銀メダル



その後も柔道、水泳、体操、卓球と続々メダルを獲得、怒涛のメダルラッシュ。

7月30日（金）には17個目の金メダルを獲得し、過去の数メダル数をあっさり超えました。

最後の金メダルは野球（侍ジャパン）、最終日にバスケットボール女子（AKATSUKI FIVE）が銀メダルを獲得し、日本のメダルは金メダル27、銀メダル14、銅メダル17の計58個になりました。

念願の初メダル

アーチェリー男子団体初のメダル（銅）

卓球混合ダブルス（伊藤 美誠、水谷 隼）卓球で初の金メダル

卓球女子シングルス 伊藤 美誠 卓球女子シングルスで初のメダル（銅）

フェンシング男子団体エペ 初の金メダル

体操女子ゆか 村上 茉愛 個人では初の銅メダル

ボクシング女子フェザー級 入江 聖奈 初の金メダル

ボクシング女子フライ級 並木 月海 初の銅メダル

ゴルフ女子 稲見 萌寧 銀メダル ゴルフ競技では日本勢初のメダル

過去最多！！
58個



今大会から採用された、アーバンスポーツ。スケートボードでは堀米雄斗や13歳の西矢椛の金メダルは印象に残っています。サーフィンでも、五十嵐カノアが銀メダル、都筑有夢路が銅メダルを獲得。初代王者・初代女王って響きいいですね。

新種目で初代王者

スケートボード

男子ストリート 堀米 雄斗 初代王者

女子ストリート 中山 楓奈 銀メダル

女子ストリート 西矢 椛 初代女王

女子パーク 開心 那 銀メダル

女子パーク 四十住 さくら 初代女王

サーフィン

女子 都筑 有夢路 銅メダル

男子 五十嵐 カノア 銀メダル

空手

女子形 清水 希容 銀メダル

男子形 喜友名 諒 初代王者（沖縄県勢で初の金メダル）

男子組手 75kg 超級 荒賀 龍太郎 銅メダル

スポーツクライミング

女子 野口 啓代 銅メダル

女子 野中 生萌 銀メダル



とうきょうたいかい ほか きろく き おく のこ
東京大会では、他にもたくさんの記録や記憶に残るシーンもありました。

かくとく だい わか せだい かつやく と あ
ひとりでいくつものメダルを獲得、10代の若い世代の活躍などいくつか取り上げてみます。



悲願の野球・ソフトボール

野球（侍ジャパン）

メダル獲得は2004年アテネ大会の銅以来、正式競技になって初の金メダル

2008年の北京大会で4位になり、その後オリンピック競技から除外、雪辱に燃え挑む

女子ソフトボールも金メダル

うえの
上野投手の剛速球で金属バット真つたつ えっ———！

日本最年少のメダリスト

ひらき ここな

開 心那 12歳 11か月 スケートボード女子パーク銀メダルで日本最年少メダル獲得

にしや もみじ
数日前に西矢 栞が、スケートボード女子ストリート金メダルで作成した13歳 11か月の

ひらき ここな
記録を開 心那が更新！！

にしや もみじ
金メダル最年少は西矢 栞になるのかな？



ひとりで複数

水泳／競泳 大橋 悠依

競泳女子 400m 個人メドレー 金メダル

競泳女子 200m 個人メドレー 金メダル

競泳女子の日本勢で初の2冠

体操 橋本 大輝

男子団体 銀メダル

体操男子個人総合 金メダル

体操男子鉄棒 金メダル

体操 萱 和磨

男子団体 銀メダル

体操男子あん馬 銅メダル

卓球 水谷 隼

卓球混合ダブルス 金メダル

卓球男子団体 銅メダル

卓球 伊藤 美誠（3色のメダル）

卓球混合ダブルス 金メダル

卓球女子団体 銀メダル

女子シングルス 銅メダル



兄妹、姉妹でのメダル

柔道

あべ ひふみ
男子 66kg 級 阿部 一二三

あべ うた
女子 52kg 級 阿部 詩

レスリング

かわい りさこ
女子 57kg 級 川井 梨紗子

かわい ゆかこ
女子 62kg 級 川井 友香子

悔しい…いや、すごい

体操

うちむら こうへい

内村 航平が鉄棒一本にかけ出場するも、まさかの予選落ち。限界までチャレンジ、すごい！！

水泳

いけえ りかこ

復活の池江 璃花子、リレー3種目に出場もメダルに届かず。いやこの場所に立っていることがすごい！！

サッカー男子

メキシコ大会銅メダル以来のメダルを狙うも、準決勝・3位決定戦と破れる。悔しい…

（敬称略）

8月24日（火）には **パラリンピック** が、オリンピックに続き開催されました。

東京大会 日本最初のメダリスト

金メダルは、男子 100m 自由形（運動機能障害 S4）鈴木 孝幸

前日の男子 50m 平泳ぎ（運動機能障害 SB3）の銅メダルに続く獲得

ちなみに最初のメダルは女子 100m 背泳ぎ（運動機能障害 S2）山田 美幸

なんと日本選手として全競技通じて史上最年少の 14 歳



51個

その後も続々とメダルを奪取し、

日本勢は最終的に、

金13、銀15、銅23

計51個のメダルを獲得



過去最多だった 04年アテネ大会

には1個及ばなかったものの、

金ゼロに終わった前回リオ大会か

らは大きく巻き返しました。

ワンツーフイニッシュ

競泳男子 100m バタフライ（視覚障害）ではベテラン 木村 敬一 が金メダル、

富田 宇宙 が銀メダルの日本人選手によるワンツーフイニッシュ



5種目でメダル

競泳男子の 鈴木 孝幸

金 1、銀 2、銅 2 と出場 5 種目全てでメダルを獲得。

初出場の 04 年アテネ大会から通算すると 10 個目のメダル



レジェンド活躍

日本が世界に誇るテニスプレーヤー

車いすテニス男子 国枝 慎吾 レジェンドが金メダルに振り返り



驚きの初出場

50 歳で初出場のパラリンピックの 杉浦 佳子

自転車女子個人ロードレース（運動機能障害）

自転車女子個人ロードタイムトライアル（運動機能障害）で 2 つの金メダル

パラリンピック

夏冬通じて最年長金メダル



（敬称略）



募集中!

えいきょう さぎょうしょ ぎょうじ かくじ で しゅみ
コロナの影響で、作業所の行事がなくなったり、各自のお出かけもできずで、おうちで趣味を
たの かつ おも しゅみ しょうかい
楽しまれている方もいらっしゃると思います。そんな趣味を、このひだまりで紹介しませんか？

われ ひと ぼしゅう おも
そこで、我こそは！！という人からの募集をしたいと思います。

だい
題して、

あつまれ!!

ひだまりチャット

「募集する内容」

みな しょうかい じぶん しょうかい
☆皆さんに紹介したいもの（自分がしていることの紹介）

さくひん し はいく せんりゅう え
オリジナル作品（詩、俳句、川柳、絵、クイズ・なぞなぞ …など）

と あ じょうほう き ぼしゅう
☆メンバーさんの取り上げてほしい情報（テーマを決めて募集することもあります）

れい こうよう きれい
例：ここの紅葉は綺麗です …など

た
☆その他



ぼしゅうぼこ めいしょう せんようようし かくさぎょうしょ せっち とうこう
募集箱（名称：ひだまりポスト）と専用用紙を各作業所に設置しますので、どしどし投稿してみ
ま ようし しょくいん こえ くだ
てください！ お待ちしております！ ※ 用紙がなければ、職員に声をかけて下さい！



ひだまりへご意見を聞かせてください	あなたのオリジナル作品を募集します！！
※ ご記入の際は、必ずお名前を記入してください。 ※ 1枚につき、1作品（絵、詩、俳句、川柳、クイズ・なぞなぞ）を記入してください。 ※ 1枚につき、1作品（絵、詩、俳句、川柳、クイズ・なぞなぞ）を記入してください。	※ 1枚につき、1作品（絵、詩、俳句、川柳、クイズ・なぞなぞ）を記入してください。 ※ 1枚につき、1作品（絵、詩、俳句、川柳、クイズ・なぞなぞ）を記入してください。
名前：_____	名前：_____
（ご所属の方は）ペンネーム：_____	（ご所属の方は）ペンネーム：_____

【専用用紙】

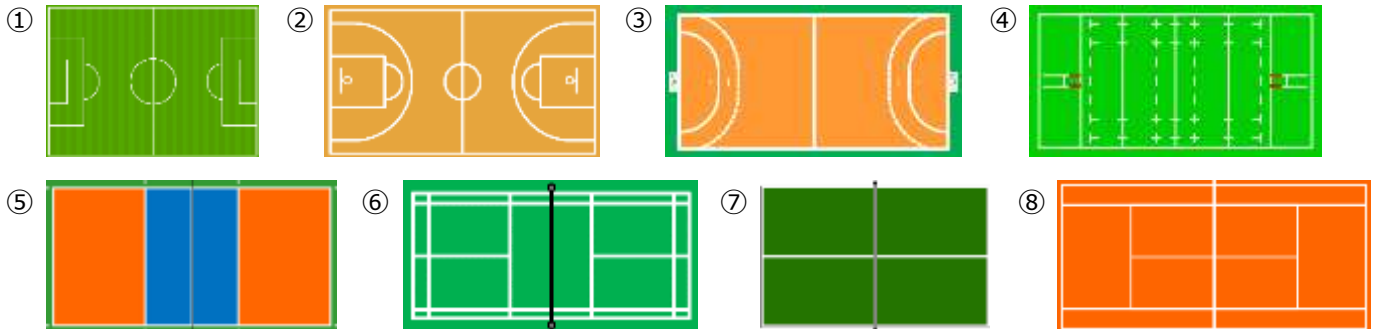
クイズコーナー

スポーツの秋



オリンピック終わりましたね。しかしスポーツの秋はこれからが本番！！ うずうずしていませんか！？

下のイラストはいろんな球技のグラウンドやコートだよ。イラストの競技名をヒントの中から選んでね！



ヒント

バレーボール	バドミントン
水球	ホッケー
バスケットボール	テニス
ラグビー	ラクロス
ドッジボール	ハンドボール
サッカー	卓球

解 答 欄	①	
	②	
	③	
	④	
	⑤	
	⑥	
	⑦	
	⑧	

夏号（25号）の答えは、

問題1	東京五輪
問題2	予防接種

皆さん、どうでしたか？
と
解けましたか？

《10～12月の予定》

	行事	日にち、場所
ひかり作業所	お楽しみ会	月1回 日にち未定 ひかり作業所
若椿作業所	お楽しみ会	月1回 日にち未定 場所未定
ふくろうの里	テイクアウトデー	月1回 日にち未定 場所未定

＜その他の毎月の定例行事＞

- * ひかり…音楽くらぶ（再開は未定）
- * ふくろう…カラオケ（月1回）
- * 若椿…誕生日会（月末）、シビックマーケット広（10月からは未定）
- * ふれんずくらぶ…音楽くらぶ（再開は未定）、筋力アップクラス・ダンスクラス（再開は未定）

編集後記 \ (^o^) /

道端で彼岸花を見かけるようになってきました。もう秋なんだと感じます。

季節の変わり目、必ずと言ってよいほど風邪をひいていた私ですが、ここ二年は風邪で病院へ行っていない。

やはり、うがいと手洗いって大切なんですね。コロナを防ぐ為にも、風邪をひかない為にも、これからも気を付けようと思います。

皆さんも体調を崩さないように、気を付けてくださいね (^_^) /

（はな子）