

11月号 みどりのたね

今月の特集

ぶどう狩りにいきました

先月のレクリエーションでは、希望する利用者様と一緒に秋の味覚！ぶどう狩りに行きました。今回伺ったぶどう園さんでは、シャインマスカットの収穫体験をさせていただきました。

ぶどう園の方が畑に案内してくださり、そこで丁寧に種類の説明や収穫方法をレクチャーしてくださりました。収穫方法は、自分が購入したいぶどうを選んで自分でカットする方法だったので、畑のなかで気に入ったぶどうを選びました。ぶどうはグラム売りなので、選んだぶどうの値段をお店の方に聞いてから買うことができたので安心して楽しむことができました。

一面に広がるぶどう畑は、映画の中の景色みたいでとてもキレイでした。また、お店の方が畑で試食させてくださったのですが、びっくりするほど甘くてまるで天然のシロップみたいでした。みなさんと旬の味覚を楽しむことができて楽しい時間でした。



元気もんラボさんとコラボイベント リラックスヨガ

10月10日(木)に篠栗町の福祉課が主体となって運営している元気もんラボさんとのコラボイベントを実施しました。地域の皆様とインクルの利用者様が参加され、「リラックスヨガ」を行いました。

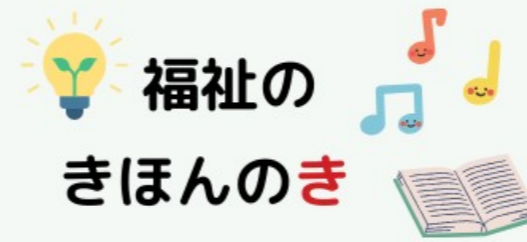


【ヨガに参加した利用者Sさんの声】

一番大事なことは深呼吸すること！
実はため息は自律神経が整ったり、睡眠の質が良くなる、緊張をほぐすなどの効果があると教わりました。ため息を出していいんだと心の中でほっとしました。
ヨガの中だけではなく、休憩中など軽いストレッチや深呼吸を少しずつやってみようと思いました。

【講師：森下ゆうこさんの声】

多様な世代が集う中でのリラックスヨガということで、どなたも一緒にできる姿勢や動きの中で、なおかつ、その人その人ご自身がしっかりと自分の体の状態や心の状態にフォーカスし、気づいていける内容を心がけて行いました。ヨガが初めてという方もいらっしゃったので、なるべくシンプルな動きの中で、丁寧に呼吸を深めていくことに集中していただきました。終わってから『自分は足が悪いからヨガはできないと思っていたけど、ちゃんとできてうれしかった～！』とお声かけいただき、私も大変うれしく思いました。



福祉の
きほんのき

～第2回～

就労継続支援A型事業所
とは？

就労継続支援A型事業所は障害者総合支援法に定められた就労支援事業の一つです。
障がいや病気などで一般企業で働くのが難しい人たちに、サポートしながら働く機会を提供する福祉サービスです。

このサービスを利用するには、事業所と雇用契約を結び、最低賃金以上の給与が支払われます。ただし、サービス利用料として一部の自己負担が発生する場合があります。生活保護受給者や非課税世帯の場合、自己負担はありません。

利用対象者は、18歳から64歳までの方が基本対象で、条件を満たせば65歳以上の方も利用可能です。具体的には、①就労移行支援を受けたが、企業での雇用に結びつかなかった方②特別支援学校を卒業しても仕事が見つからなかった方③過去に働いた経験があるが、現在は無職の方などです。各自治体の福祉窓口でさらに詳細を確認することをお勧めします。

仕事内容は、事業所によって異なります。パソコンを使ったデータ入力や清掃業務、製造業務など多岐にわたりますので自身に合った事業所を選ぶことが大切です。

★次回は、「就労継続支援B型事業所」とは？について詳しく特集します！



AROMA WORKSHOP ～アロマオイルスプレー作り～

10月18日(金)に堀ゆりなさんと上山ちひろさんを講師にお招きして、アロマスプレー作りのレクリエーションを開催しました。

【利用者Oさんの声】

緊張することが多いので①オレンジ②フランキンセンス③コパイバの三つの安らぎを得ることに適した匂いを選びました。三つ嗅いだ時点でどれもいい匂いだったので悩まず選べました。今までアロマに触れたことはなかったのですが、想像以上に自分はいいい匂いが好きという事を知れました。できあがったアロマスプレーは自分好みのいい匂いで、参加してよかったと感じています。



本誌はインクルささぐりの利用者様と職員による共同制作チームが制作しています



就労継続支援A型事業所
インクルささぐり

住所：糟屋郡篠栗町中央1-9-2
営業時間：月～金 9：00～17：00
電話番号：092-692-1922

GOOD DESIGN AWARD 2023

フォロー&いいねを
よろしくお願いします！

ホームページ Instagram

