

たるみの空から

～支援員室より～

この度、初めてホームページでの掲載です。皆様に自立センターたるみを少しでも知っていただきたく、活動グループの紹介をします。

(施設長：師玉 幸彦)

～カリンググループ紹介～

カリンググループは、年間目標を“雨にも負けず風にも負けず”を掲げ、今は“コロナにも負けず”4月5月は運動不足を懸念して、体を動かす活動に力を入れました。室内で出来る運動を色々試した中、ヒットしたのが韓国の“momチャンダイエット”です。動きがゆっくりで手や足を大きく動かすので、利用者さんにもわかりやすく、タイミングを合わせて動かしていました。みなさんも是非試してみてください♪

🌸2月に紹介したグループの畑は菜の花がきれいに咲いてくれました。

(支援員：S)



高塚山ハイキングコースを散策したよ



～オリーブグループ紹介～

オリーブでの活動では、散歩や動き作りを中心に身体を動かす活動を今年度より増やしています。今では学が丘公園や本多間公園まで行くことができます。継続は力なりですね！！また、身体を動かすだけでなく、レクをしたりゲームやカラオケと楽しく過ごしてもらえるようあれこれと工夫しています。今年度も利用者皆さんと笑顔で過ごせたらと思っています。

(支援員：S)



お花見にいったよ

～ライラックグループ紹介～



今年度のライラックは、シンプルに“楽しむ”ことをテーマにみんなが只々楽しいことをしたいと思っています。今のところ、コロナの影響でほとんどグループとして活動できていませんが、城が山にあるライラックグループの本拠地に戻った時には、美味しいものを食べに行ったり、きれいな景色を見に行ったり、思い

出に残る作品を作ったりとみんなで楽しみたいと思います。

昨年度から取り組み始めた散歩の距離を計測して、450 km先にある東京を目指して歩いています。現在は250 km（浜松）まで到達しました！ 残り、200 km!! ライラックグループのみなさ～ん♪今年もがんがんに歩きますよ（笑）



（支援員 N）

～サクラ 青組～

今年度のつばさグループのスローガンは、『うれしさ！たのしさ！つばさ！せーのっトントンピース👏』です。毎日の朝礼の掛け声にもなっており、チョキを前に突き出す決めポーズもあります。みんなカッコよく上達してきています！（笑）

サクラ青組は元気と体力が自慢の男性グループです。主な活動として、遠距離散歩、ドライブ、畑に取り組んでいます。畑には、ほぼ毎日行って水やりを頑張っています。野菜販売を楽しみにしててくださいね♪1年間よろしくお願いします。



（支援員 N）

～サクラ 黄組～

サクラ黄組では例年、療育的活動を中心に取り組んできましたが、今年度は“運動量の確保”にも力を入れていきます。散歩では舞子墓園の急な坂道コース、本多聞公園までの1時間コースなど、今まで以上の長距離を目指します！もちろんそれだけでなく、近場の公園で遊具を楽しむ、屋外広場で外遊びグッズを使った活動、輪投げやイス取りゲームなど、楽しみながら身体を動かせる工夫を取り入れていくのでお楽しみに♪ちなみに写真は、みんなの手形で創った大きな“サクラ”です。スローガンにもあるように『うれしさ』『たのしさ』を感じながら、みんなで毎日活動していきましょうね！（支援員 I）



～アズサグループ～

今年度のアズサグループは今まで以上に“褒める”ということを大事にしていきたいと考えています。どんなことも見方を変えれば“褒める”に繋がられる…！！積極的に褒める機会を作り、プラス思考、ポジティブ思考でやっていきます！そして、最近アズサグループで感じるのは、皆さん素晴らしい能力を持っている！！ということです。その素晴らしい能力を発揮してもらいたい！と思い、活動が始まる前に5～10分時間を使い学習時間を設けました。はさみの使い方、迷路、塗り絵、ドリルなどそれぞれに合った課題を提供しています。「嬉しい」「楽しい」の気持ちを大切に、大きくなくていい、“ちょっとのステップアップ”の1年にしていきたいです。

(支援員 F)



【発行】社会福祉法人 ヨハネ会

「神戸市立西部在宅障害者福祉センター内 神戸市立自立センターたるみ」

〒655-0006 神戸市垂水区本多聞7丁目2番3号 (078) 787-5708

「神戸市立自立センターたるみ分場」

〒655-0884 神戸市垂水区城が山2丁目2番3号 (078) 753-3099

発行責任者：師玉 幸彦

機関紙担当：K・H