



ナナはどこにいる？



おつこおぱん

2021. 12月号 利用者募集！

むつごろうの食事



生きるうえで大切な食事。食べることをしないと人間生きていけません。当たり前のことですが、だからこそ出来るだけ健康にいい料理を作って食べてもらいたい。朝食は味噌汁がついて、夕食は野菜中心に、肉や魚も料理しております。お米も本野町でできたお米を使用しており、とても美味しいです。



1



2

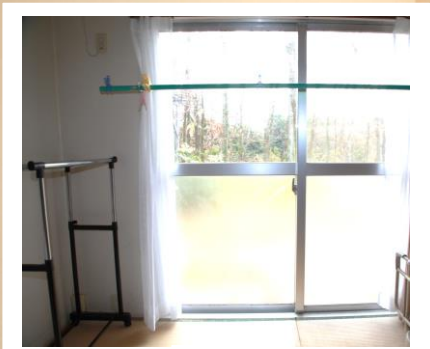
1. 朝食は、みそ汁と、ご飯が中心で、おかずも、少しついております。
2. 夕食は、日替わりでメニューも変わります。
3. 自然豊かな場所で、むつごろうの料理は作られています。
4. 調理スタッフの作る料理が美味しいと利用者さんの間で評判です。



3



4



和室

洋室

オープンハウスむつごろうには洋室と和室があります。6畳の部屋ですが、窓から見る自然の四季の移り変わりが、とてもきれいです。お風呂は、新しく改装して、きれいになりました。

むつごろうの暮らし

四季の移り変わりを感じながらの共同生活。



生活介護班で作った料理

料理を作ることや食べることは生きていく上で、とても大事なことです。作ってもらっただけではなく、自分達で料理を作ること、自然への感謝の気持ち、または、生きる力を育てていけると思っています。月一回の調理実習では、色々な料理を作りました。



1



2



3



4



5



6

1. 豚丼に挑戦する利用者さん
2. とても美味しかったと言われ好評だった焼きそば
3. しいたけが入って美味しく仕上がった豚丼
4. 寒くなり、焼き芋の季節になりました。芋が焼けたら、中はホクホク。
5. 自分達で育てた春菊をウィンナーと一緒に調理。味は、すき焼き風の味付けで、とても美味しかったです。
6. 寒い冬は豚汁が一番とても美味しかったです。

生活訓練班

の活動

生活訓練では日本の伝統文化を取り入れ門松作りや、小浜の足湯にドライブに出かけたり、井川さんの三味線コンサートを聴いたりして楽しみました！



1



2



3



4

1. 小浜の足湯に行ってきました。近くのスーパーで生卵を購入して温泉のお湯で蒸してできたゆで卵は絶品でした。
2. わらを使い門松作りをしています。わらの匂いは、とても落ち着きます。
3. 12月のむつごろう忘年会。今年も皆さまお疲れ様でした。
4. いっちゃんこと井川さん、久しぶりに、むつごろうに、やって来て下さりました。三味線と歌、体操などを通して、たくさん笑わせてもらいました。本当にありがとうございました！





1

むつごろうの物作り

話す人 指絵画家かご職人 吉田さん

指絵を始めたきっかけは？

吉田さん以下(Y) 三年ほど前に職員の方からやってみないと言われて指絵を始めました。もともと絵は好きだったんですか？

(Y) 好きじゃなかったんですけど、やってみなにかと誘われて、じゃあやってみようということになりました。もともと手先が器用なのかもしれません。

かごも作ってますね。

(Y) 炭を入れるかごを作っています。あと竹で炭置きスタンドなども作っていました。今後の抱負は？

(Y) 指絵やかご作りを続けていければと思っています。



2

1. ナイスハートバザールで店番する吉田さん
2. 炭を入れるかごも作る
3. クリスマスツリーの指絵
4. 普段は陽気な吉田さん指絵制作中は真剣な表情を見せる。



3



4

2021年を振り返って



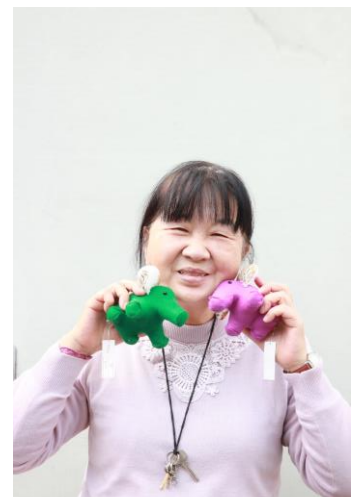
写真:上 むつごろう工房で作られている象のぬいぐるみ

写真:下 むつごろうレディの笑顔とナナ

今年頑張ったこと



- レクリエーションを頑張った (K・F)
- ウォーキングを頑張った・夏を乗り切ったこと
- 休まず参加できたこと (K・M)
- 薬を飲み忘れない (S・H)
- 朝食当番・トイレ掃除当番・洗面所掃除当番
- 寝る前のスクワット
- 1月～4月 ワークで毎日絵を描いた (H・M)
- 早起きする事・歩く事・自分で、できる事は、なるべく自分でする事 (T・N)
- リズムを整えた・7ヶ月頑張った・ウォーキングをした (J・K)
- ウォーキングを頑張った・園芸・音楽 (T・H)
- 園芸・卓球を頑張りました。(C・Y)
- 園芸・ウォーキング (K・K)
- 園芸・ウォーキング等、汗を流して頑張った (S・S)
- 間食をしない (S・Y)
- 単身生活をできるように頑張った (A・Y)



横尾さんの

脳内クイズ



1. 夜ぐっすり寝ると海水浴に行きたくなります。なぜでしょう？
2. NHKのドラマを見てみると、トラがいっぱい出てきました。なぜでしょう？
3. 森進一さんが、コンサートで歌う歌の中で、コブクロの歌を1曲必ず、歌います。何という曲でしょう？
4. 名探偵コナンが、ブタ君が、あやしいと思っていました。ブタ君、あなたが犯人でしょう？さて、ブタ君は、何ていったでしょう？
5. ゲゲゲの鬼太郎の中で、猫娘のスカートが、めくり上ってしまいました。猫娘は何て言ったでしょう？
6. ネズミ男が、御飯を食べる時に言う言葉があります。何というでしょう？
7. 牛君が、とっても、かっこよかったんです。何と呼ばれたでしょう？
8. 牛君が、とっても忙しそうでした。さて牛君は何と言ったでしょう？
9. ムード歌謡のサザンクロスの人達も忙しそうでした。さて、何と言ったでしょう？

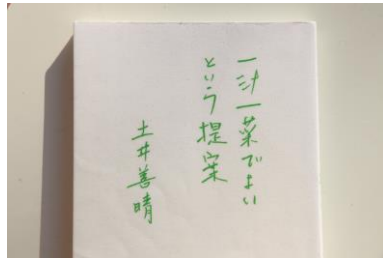
答えは8ページ

お薦めの本

一汁一菜でよい

という提案

土井 善晴



一般的に味噌汁は、わかめととうふ、ねぎがはいっているものを思い浮かべる方が多いと思いますが、日本の和食は、旬の物を料理します。それに合わせて味噌汁も、季節に合わせて、具材が変わっていきます。味噌、和食は健康にとってもいいと再確認できる本です。

ノイズ・アル・

ダイナー

TEL0957-51-0601

十二月七日の昼食は、ノイズアルバーガーのバーガーとポテトでした。バーガーのパンは、モチモチしてて、お肉も美味しく頂きました。ポテトもポリウムがあつて、最高の味でした。ノイズアルバーガーさん、本当に、ありがとうございました！



■中山さんの俳句



中山さん…俳句や絵をこよなく愛する、むつころうの俳人。

冬近し 人恋しくて もらい泣き
 孫来たり 私も年を とつたもの
 工夫して アレンジできる おかずかな
 ああ寒い こたつの出番 まちどおし
 少しでも あつたまるかな たばこの火
 おでん屋に 足をとられて 冬近し
 クリスマス まちどおしいな プレゼント
 冬きたり 風邪ひかないで 元氣よく
 寒空に あつでの布団 役に立つ
 カイロ出し 布団の中も あたたかく
 星見てわ 明日の天気は 晴れもよう
 ラジオつけ 流行の歌を 聴きました
 冬服を 小粋に着ての 冬仕たく
 秋すぎて すすきの花も おしまいか
 こたつだし 友とそろうて 春をまつ
 冬来たり 布団一枚 たしました
 つわぶきの 黄色い花が 咲きました
 寒くなり カイロ買つての 風邪予防

MIYAJI HISAYOのアイス絵日記

令和三年十一月四日

唐比のハス見のアイスクリーム屋さん。

二回目に行った人達「アイス屋さん居なかった」。

いつも店があるとは決まっていなかったなあ。

何でも、いつもあるとはかぎらない。

手に入った時はラッキーなんだ。感謝なんだ。



令和三年十一月二十五日

風は少し冷たかったけど、とてもいい天気。絶好の足湯日和。

十時三十分ちょっと前、やまびこ館を出発。小浜へ向かう。途中、千々石の展望台でトイレ、お茶休憩。小浜足湯につかって弁当・ゆで卵を食べ（私がついて行った食卓塩が大活躍）帰りも千々石の展望台で休憩。アイスクリームを食べたいと言っていた方。バスを降りて売店のアイスクリーム屋に直行。たい焼きを買って行った。わたしもアイスクリームが食べたい。しかし、冷凍庫の中のアイスは、どれも硬そうで、私の入れ歯ではダメ。歯が立たない。あきらめて、トイレに行って出てきたら、ソフトクリームを食べている男性がいる。エーッ、ソフトクリームも店閉まっていたから、あきらめていたのに、チャンス！店の前をうろうろしていたら、店の中から「何にします？」「あつ、バニラのアイスを」念願のソフトクリームをゲット！美味しかった。最後まであきらめることないんだな。お店の人に「お店閉まってるけど、ほしんですけど…」と言えばよかったんだと、あとで思った。

脳内クイズの答え

1. スイミング
 2. タイガードラマ
 3. コブクロさんよ（おふくろさんよ）
 4. 豚おふくろさんよ
 5. キャットでもない
 6. 頂きマウス
 7. ステ
 8. モー大変
 9. サザンクロスだけに、さん
- さん苦労する

ムツゴローレコードのお薦め



DESIRE/BOB DYLAN
1976 年に出たボブディランのスタジオアルバム。2曲目、3曲目が、名曲中の名曲です。



12月のナナ



1



どっしり君作り

どっしり君は、どういう風な作業になりますか？

西山さん以下（N）作業的には、かなりキツイ仕事にはなるのですが、みんなでやることによって協調性が身につくとき、作業を通して団結して仲間を作れると思います。

どういう風なことに気をつけて、ご指導されていますか？

（N）一緒にやることで一番気をつけているのはケガをしないことです。利用者さんのケガや職員さんのケガで、一人抜けるだけでも、かなり周りに負担をかけてしまうので。

利用者さんのモチベーションを上げるために工夫はされていますか？

（N）厳しく教えるわけではなく最初はできることをやってもらうようにしています。徐々に仕事を覚えてもらえればと考えています。

今年の作業を振り返ってどうでしたか？

（N）僕の中では、どっしり君の配達がメインの年だったので、JAの方と顔合わせをして、色んなお話が聞けたのがよかったと思います。

今後の目標はありますか？

（N）利用者さんのケガ等の事故防止とみかんの生産農家が多い地域に出向き、どっしり君の普及活動に努めることです。



2



3

- 1.作業する西山さん
- 2.どっしり君作り。慣れた手つきで淡々と作業をこなす利用者さん
- 3.完成したどっしり君（どっしり君…ミカン畑のマルチにのせる重し）

市街グループホーム

むつごろうプレス

日の出3号棟 諫早市日の出町9-6 TEL0957-21-1551

栄田4号棟 諫早市栄田町4-1-2 TEL0957-26-1590

城見A棟 諫早市城見町4-5-4 TEL0957-21-6570

東本町B棟 諫早市東本町6-9 TEL0957-22-2023

発行日 2021年12月27日

発行所 社会福祉法人

むつごろう会

〒854-0093

長崎県諫早市本野町

1650-8

編集・校正

花堂 達之助

○共同生活事業所オープンハウスむつごろう 諫早市本野町642-6
TEL0957-25-9222 FAX0957-25-9223 共同生活援助・介護サービス包括型(定員32名)

○ワークステーションむつごろうⅠ 諫早市本野町1650-8
TEL0957-20-6560 FAX0957-20-6561 就労継続B型(定員20名)

○多機能型ワークステーションむつごろうⅡ 諫早市本野町1650-8
TEL0957-20-6560 FAX0957-20-6561 生活訓練(定員6名)生活介護(定員14名)

～苦情、情報開示の受け付けについて～

社会福祉法人むつごろう会では、施設が行う福祉サービスに対して、利用者をはじめご家族や、一般の皆さんからの不安や疑問を解消して頂く為に、『苦情解決、情報開示』の体制を設置しています。なお、詳しいことにつきましては、下記の担当者に直接、お気軽におたずね下さい。

	オープンハウス むつごろう共同生活	ワークステーションⅠ 就労継続B型	ワークステーションⅡ 多機能型(生活訓練・ 生活介護)	居宅支援センター むつごろう
苦情受付情報開示 担当者	サービス管理責任者 山口 小百合 重松 直哉	施設長 (サービス管理兼務) 石丸 佳奈子	サービス管理 責任者 花堂 達之助	サービス管理 責任者 森田 悠
苦情解決情報開示責任者	理事長 花堂 兵郎			



Merry Christmas



むつごろうクリスマス会

ジングルベルを歌ったり、ハンドベルで演奏したり、今年も楽しく過ごすことができました。また、来年、楽しみましょう！



利用者募集！

