

むつごろうぶれす

特集

むつごろうの冬

MUTUGORO

VOL 12

令和6年冬号





# 特集 むつごろうの冬

寒い季節になって、本野の山にも紅葉が見られます。朝起きて外に出て自然を見ると清々しい気持ちになりますね。今回の特集は、むつごろうの冬。さてさてむつごろうの冬の生活を覗いて見ましょう！



## クリスマス の飾り付け

クリスマスに向けてむつごろうのみんでツリーに飾り付けしました。キラキラ輝いてみえます。ポインセチアの花もいい感じですよ。皆様ご協力ありがとうございました。



## 猪肉

## バーベキュー



お正月に向けて門松作り



今年も猪に田んぼを荒らされることありましたが、偶然、猪肉が売っている肉屋を発見し、猪肉を頂きました。自然に感謝して大事に食べさせて頂きました。利用者さん以外と美味しいと言われ喜ばれていたのよかったです！

## 陶芸

寒い冬は、ストーブにあたりながら陶芸にいそしむ。なんと優雅な時間でしょうか。



## 大掃除

十二月に入り、大掃除の季節になってきました。みんな頑張って掃除に取り組んで、いい年を迎えましょう。





# 出張カフェ（希望ヶ丘特別支援学校）

## インむつじろう

寒くなり、温かいコーヒーや紅茶が、飲みたい季節になってきました。そうです、むつじろうが待ちにまつた希望ヶ丘特別支援学校の皆様が出張カフェでむつじろうに来てくださいました！心がこもった接客サービスはいつ聞いても嬉しくなります。パウンドケーキやコーヒー、紅茶等もすごく美味しかったです。本当にありがとうございました！



# 多機能型 生活訓練

## 生活介護 忘年会



生活訓練、生活介護も今年一年頑張ったということ、みんなで楽しくお祝いしました。朝から料理の下ごしらえをして、たこ焼き、うどん、焼肉を調理しました。なかなか二十人分の料理を作るのは難しかったです。が、利用者さんほぼ完食されて、大満足されていたのが嬉しかったです！





# 就労B型



年末に就労のみ  
んなで一年お疲れ  
様会をやりまし  
た。やっぱり美味  
しいものを食べる  
と元気がでます  
ね。利用者さんも  
とても楽しみにさ  
れていた様子で、  
喜んでいました！  
また来年も行きま  
しょうね〜！



十二月のナイスハート  
バザールでは、クリス  
マスやお正月の物、ハ  
ーブなどの入浴剤、陶  
器、玩具など販売致し  
ました。お越し頂いた  
皆様、ありがとうございました！

# 生活訓練

バス訓練の合間でお店の食りポに行きました！

## 山かつ食堂のから揚げ定食

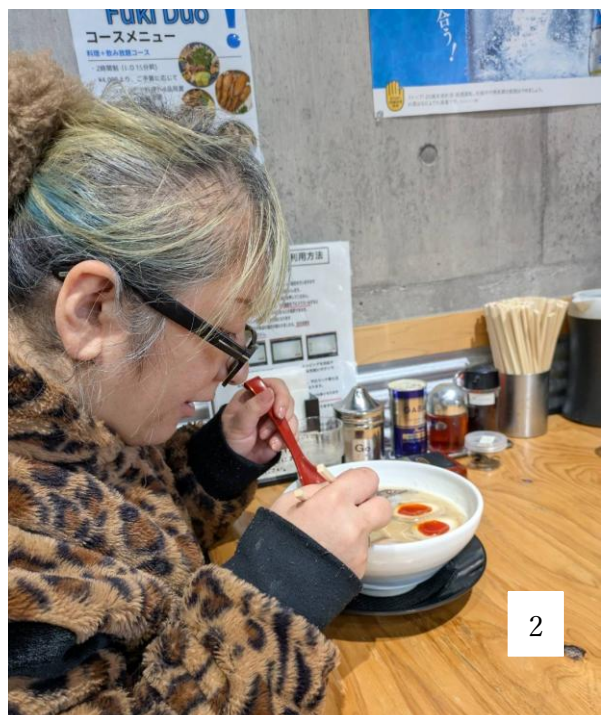
平日の十一時二五分に山かつ食堂に  
着いた時には、一人お客さんがおられ  
ました。店内にはいると分刻みで色ん  
な年代のお客さんが山かつ食堂に入っ  
てきます。とても人気があるお店だ  
と実感した僕たちは迷わず、から揚げ  
定食を注文しました。ポリューム感も  
あり熱々のから揚げはサクサク、中は  
ジューシー。めちやくちや美味し  
かったです！また行きたいです！



## 富貴の

## とんこつ半熟煮卵ラーメン

十一月二十八日、諫早駅にあるラーメン屋  
さん、富貴に行ってきました。とんこつ、醤油、  
みそ、トマトベースのラーメンがありました。  
私は、とんこつの半熟煮卵ラーメンを食べま  
した。濃すぎず、薄すぎず、ちょうどいいス  
ープで、とても美味しかったです。写真はわた  
しが食べたラーメンです。麺の硬さも選べ学  
生さんやサラリーマンの方もはいたりやすい店  
内でよかったです。



1. 山かつ食堂のから揚げ定食
2. 富貴の半熟煮卵ラーメン

# 生活介護

## プラパン作り

今年もあつという間に十二月になりクリスマススの時期になりました。生活介護ではクリスマスツリーの飾りをプラパンで作ってみました。利用者さんも初めてプラパンを作られる方が多かったです。作業自体も簡単です。すぐに完成しました！皆様も一度、挑戦してみてくださいはいかがでしょう？



100円ショップで購入したプラパンをハサミで切って形を作ります。



1

あとはプラパンに穴をあけてひもを通します



3

切ったプラパンに絵を描いて電子レンジで

温めるときれいにできました！



2

素敵なストラップが完成しました



4

## Reach for the moon . even if we cant ....

(Joe Strummer) (月に手を伸ばせたとえ届かなくても)

ジョー ストラマー )

## オープンハウスむつごろう



●モミジ オープンハウスの事務所から窓の外に目をやると、わずかばかりですが、モミジが自生しており、赤、黄、オレンジと色鮮やかに冬を演出してくれています。



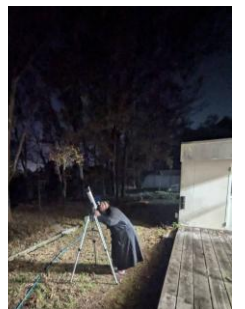
●花いっぱい運動 オープンハウスむつごろうでは、花いっぱい運動に参加していて諫早市から、春用の花苗を頂き（ビオラ、キンセンカ、ナデシコ、クリサンセマム、キンギョソウ）利用者の皆さんと花壇に植えました。水やりなど利用者の方達が花のお世話をしながら、花開く春を待ちわびています。



## 天体観測

十二月も半ば、お屋を過ぎても上着を脱ぐ必要もなくなりなりました。そして日も落ちるころには冷たく澄んだ夜の空が広がり、星や月がいつも以上に増して輝いて見えます。そこで持ち出したのが天体望遠鏡。せっせとそれをベストなポジションに設置し、器用にピントを合わせる利用者さん。まずは一度、肉眼でレンズを覗き込む、「おお」と、おもわず声もれる。そして、すぐさま私はレンズ越しにスマホでの撮影を試みる。が中々上手く撮れない、半ば諦めモードの私に「ちょっと貸して下さい」と利用者さん、これもまた器用に「パシャリ」素敵な画像を収めてくれた。普段、肉眼では確認出来ない、クレーターや海と呼ばれる地形、月の凹凸が私たちの好奇心を掻き立てた。

「月に手をのばせ、たとえ届かなくても」





夏は水分補給わん

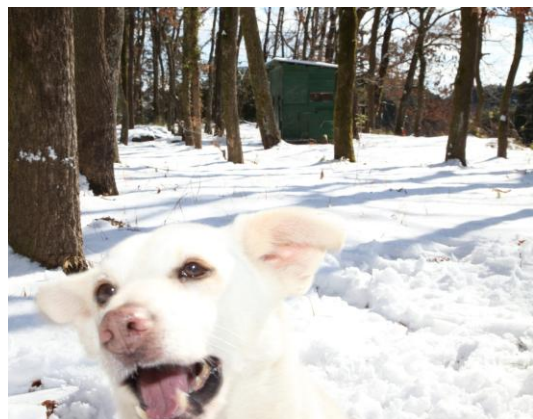


春はあけぼの眠たいわん



# 南修の三文四コマ漫画

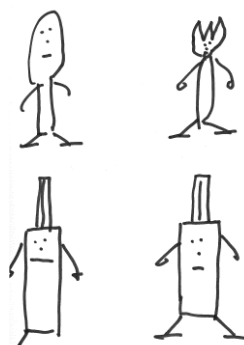
## うっす！



冬 この漫画と同じくらい寒いワン！



秋 おいてかれるわん！



あと  
がき

ナナの家は面白

そう。住民達もお

もしろそう。四季

つていいね。こはん

も美味しくなって

世話好きな住民

さんもいいいな。

元気でいてね。あ

まり吠えないで

ね。ワークに行って

やっと書けまし

た。ナナ目線で書

いたつもりです。斬

新かと思いまし

た。散歩も一人で

始めましたが、ナ

ナを連れていく散

歩も楽しかったで

す。ナナちゃん食

事の時が悪い子に

なつてはいけませ

ん。生物の多様性

を信じたいです。

「むつごろう会」は多くの方に支えていただいて  
もらっています。普段お世話になっている方を紹介し

### ムッツ、はままつな主催の「松浦幸子

### 講演会」オープニングで演奏！

※ムッツ…むつごろう会で結成された合唱バンド

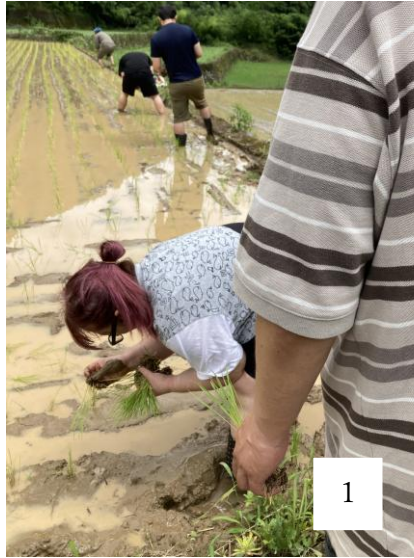


クッキングハウスを、東京の調布市でやってもらえる「松浦  
幸子さん」の講演会に、ムッツ呼んで頂きありがとうございました！  
利用者さん緊張していましたが、なんとか、演奏することが  
できました。松浦さんのお話も、とても楽しく、勉強になりました。  
私達も聞かせて頂き、ありがとうございました。2025年  
もまた、皆様の前で、演奏するのを楽しみにしております！



# むつろろ米

今年で2年目の米作り。6月にお米の苗を受取りにいき、職員、利用者さん達と田んぼに出掛け、一緒に苗植えをしました。今年は、暑い日が続いて水不足に悩まされ、田んぼに生える雑草を採るのも、一苦労でしたが、去年より収穫が多くありました。色々と協力して頂いた方々に、感謝申し上げます。近年は、物価高騰のあおりを受け、生活するのも大変な世の中ですが、だからこそ、米作りや野菜作りをすることが、大切な日々感じております。皆さんも、ぜひお米・野菜作りなどに挑戦してみたいかがでしょうか？



1



2

1. 6月の田植え
2. 10月の収穫

MADE  
in  
JUNK

メイド  
イン  
ジャンク

BY END



1



2



3

## アルミのインゴット作りました

※メイドインジャンクとは  
主に廃材で新しく物作りをする  
コーナーです

SDGSということ  
でむつろろうで溜ま  
ったアルミ缶を溶かし  
てアルミニウムの延棒  
(インゴット)を制作  
しました。毎回熱い  
ですが上手に出来て  
ます。どなたか欲しい  
方がいたらご連絡お  
願い  
します！

1. 開拓中の畑
2. 完成した畑
3. 自分で作った肥料(ニ価鉄活性液)
4. アルミのインゴット

今回のメイドインジャンクは畑です！裏庭にとっても良いスペースがあったので畑に開拓しました。苔と雑草だらけの地面を地道にスコップを使って三日くらいかけて完成しました。左からレタス、大根、白菜、を植えてみました。後に鳥獣対策として柵で囲う予定です。肥料はスチールウールとクエン酸で作り、効果が抜群で安心なものおすすめです。



# Yさんの ダジャレ クイズ



1. 連続ドラマの物語の続きとかけ、しり相撲で負けた時ととくその心は？
2. 自転車が急に飛び出した時とかけてクリスマスととく その心は？
3. 試験の結果とかけて、リンゴと解くその心は？
4. お正月とかけて彼女と初めて手がふれた時ととくその心は？

## お勧め の本

選書 fさん



### やさしい死

### 神の飼い方

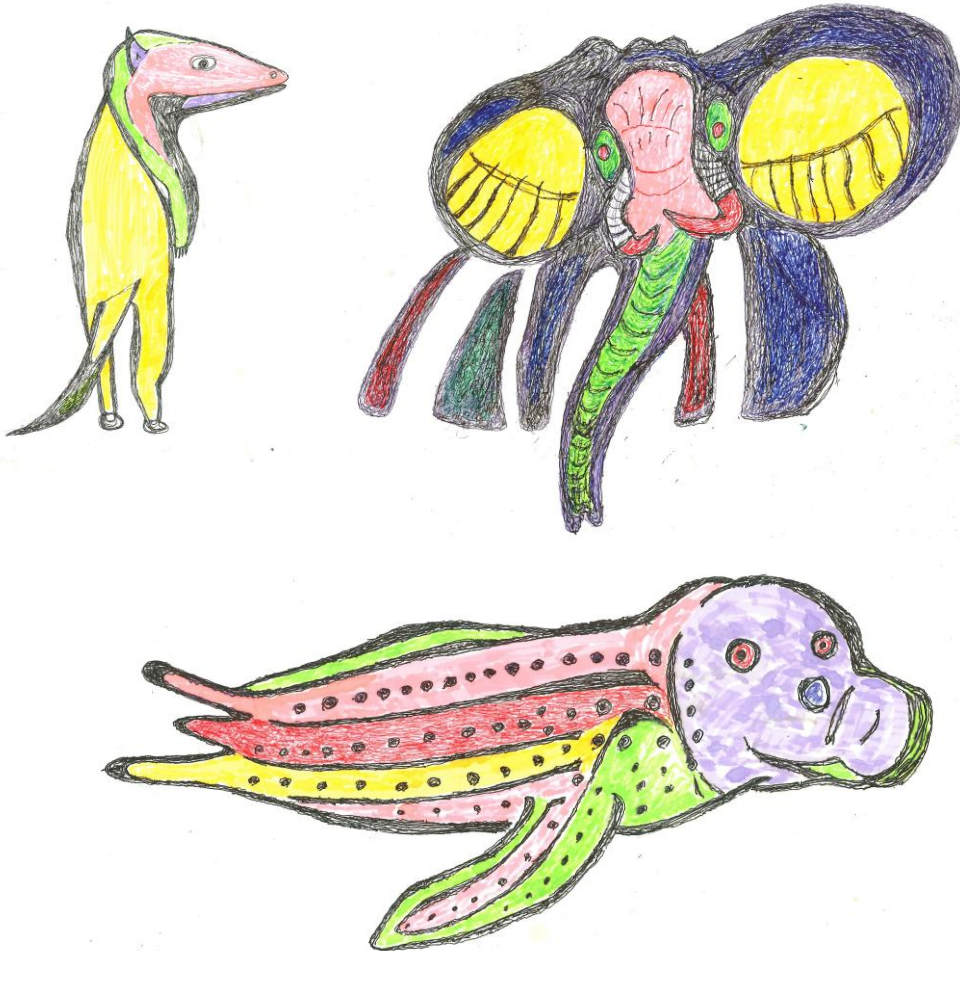
作者

知念 みきと

犬の姿を借りた死神がホスピスに居る人たちが、ちゃんと天国に行けるようにする、ちよつとドキツとしたり、ほっこりするハートフルミステリー。私のオススメです。その続編の黒ねこのセラナーデもオススメです。

## Oさんのイラスト

今回のイラストは本誌のイラストも描いて頂いたOさんのイラストです。独特の筆使いで個性的な絵を描いております。





思い出波止場/GO

もう30年ぐらい前のことですが大阪に住んで間もなく心齋橋にあるタイムボムというレコード屋さんで思い出波止場のCDを購入。あの頃は音楽が生きがいでバイトしながら、よくライブに出掛けてました。

花堂



ロッドスチュワート/SAILING

寒い日に家にいる時はお勧めの曲です。心が洗われます。

サワーネ



SWV/ライトヒア

R&Bを聴くなら、まずはこれを聴けと学校の先輩に言われて、聴いていた曲です。

カサーネ



浜崎あゆみ/appears

クリスマス曲のおススメ。少しあいまいなラブソングでも、私はサビの「まるですべての事がうまくいっているかのように見えるよ 本当は二人しか知らない」とにごす所が、色んな想像させられていいなと思い、この曲をチョイスしました。

f



M83/Solitude(Felsmann+Tiley Reinterpretation)

これを聴いて冬の寒い外の景色を見てください。

イヤフォンをつけて聴くのをお勧めします。

end



FrankSinatra&Bing Crosby-White Christmas

クリスマスがもうすぐなのでクリスマスの曲を紹介いたします。

松本



ROSSO/シャロン

クリスマスに脳内フルローテーション！

マー



# 冬にお勧めの一曲



アウトサイダーは、世間では不良と呼ばれる若者達を描いた青春映画です。若者達がお互いに助け合い、いきいきと生きる姿が、とても美しく、感動する映画です。観ていない方は必見です！

アウトサイダー  
監督 フランシス  
フォード コッポラ



# お勧めの映画



# 中山さんの俳句



寒い冬 春はまだかと 心待ち  
大根の みそ汁とても おいしいよ  
紅葉葉を そつとまいたる タバコかな  
ポケットに カイロ入れての 風邪予防  
冬来たり 皆さん風邪に ご用心  
マフラーを 首に巻いては あたたく  
冬の空 星がキラキラ きれいだな  
冬の服 友にあげたら 喜んだ  
店先に おでんのならば 季節だな  
クリスマス サンタさんから プレゼント  
毛布出し ベットの中もポカポカと  
肉まんが 美味しい季節 なりました  
カイロつけ 布団の中も ポカポカと  
正月だね 正月には ご用心  
冬の海 イルカが友だ 嬉しいな  
北風に負けぬ体を 作ろうよ  
手袋を さりげなくつけ 暖かく  
寒い冬 熱いラーメン美味しいな

# 花堂前理事長

## 長精福協で 功労賞を受賞！



私は、令和六年十二月十四日(土)東彼杵町で  
開催された「第四十三回 長崎県精神福祉大会」  
で令和六年度 地域精神福祉活動 功労として表  
彰されました。表彰されましたのも職員、利用者、  
家族の方々のご支援・ご協力があったお陰と思っ  
ております。 今後もボランティアとして、草取  
り等にまいりますのでよろしく願います。

前理事長 花堂兵郎

## 写真を見て一言



上の写真で思いつく言葉などを募集しております。  
当選者にはTシャツなどをプレゼント！どしどし  
ご応募ください

## Yさんのクイズの回答

- 1 しり痛いでしょう
- 2 ビックリクリスマス
- 3 どちらも気になるでしょう
- 4 ハッピーニューイヤー



## 市街グループ

日の出3号棟：諫早市日の出町9-6 TEL：0957-21-1551  
栄田4号棟：諫早市栄田町41-22 TEL：0957-26-1590  
城見A棟：諫早市城見町45-40 TEL：0957-21-6570  
東本町B棟：諫早市東本町6-9 TEL：0957-22-2023

- 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  
TEL：0957-25-9222 FAX：0957-25-9223 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  
TEL：0957-20-6560 FAX：0957-20-6561 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  
TEL：0957-20-6560 FAX：0957-20-6561 生活訓練（定員9名）生活介護（定員11名）

むつごろうプレス  
発行日 2024年12月26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・フォトグラフ  
丸尾 史人・Endさん、花堂 達  
之助、Fさん  
Y.Mさん・Y.Eさん・N.Jさん

各事業所空室情報はホーム  
ページでご確認ください。



QRコード

### ～苦情、情報開示の受付について～

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。

### 苦情受付情報開示担当者

- オープンハウスむつごろう 管理者 重松直哉 Tel：0957-25-9222
- ワークステーションⅠ就労支援B型 管理者 石丸佳奈子 Tel：0957-20-6560
- ワークステーションⅡ多機能型 管理者 花堂達之助 Tel：0957-20-6560  
(生活訓練・生活介護)

### 苦情解決情報開示責任者

むつごろう会 理事長 石丸佳奈子

### 編集後記

今年もあとわずかになりましたね。私がむつごろうのオープンハウスに来て二回目の冬がきました。一年が過ぎ、色々な事をして、色々な場所にも行きました。皆さんは一年を振り返ってどうでしたでしょうか？私は音楽でポーカールとして歌を披露しに島原に行ってきました。少し緊張しましたが、とても楽しかったです。デイキャンプでは初めて、シシ肉を食べたりしました。以外に美味しかったです。のりわずかな今年を皆様も楽しく過ごせるように願っております。

### むつごろうのクリスマスディナー



むつごろうグループホーム  
十二月二十四日のクリスマスディナー  
トルコライス スープ サラダ ロールケーキ



**SIDE A/SKY**  
**SIDE B/MUSIC FOR VOCALIZATION**

**MUTS**

