



ウェルポート 虹だより

第20号
平成29年9月20日



野菜きり上手!!



ことしもやりました!! 恒例のバーベキュー大会!!



焼き係りは交代で。



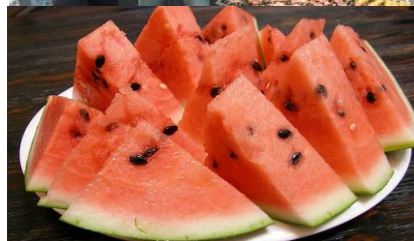
そうめんまだかな...



おいしい~♡



火おこし準備もスムーズに。



今年の夏は湿度も高く関東では20日を超える連続の真夏日が続いたり、他の地域では集中豪雨で水害になったりと異常気象が続きました。暑く強い日差しが当たる中こまめに休憩をとったり、テントで日陰の確保をしても利用者のみなさんしんどかったと思いますが、休まず頑張ってお出されたことはすごいことだと思います。そして、みなさんの毎日の頑張りにより今年もバーベキュー大会を行うことができました。野菜切りや火おこしは初めての方もおられました。手際も良く協力し合って予定通りに食事ができました。今年はそうめんを準備しましたが...なかなか湯が沸かずお待たせすることになりました(-_-;)その間お肉や畑で収穫した野菜と東ハウスで栽培している椎茸をいただき焼いて食べました。ほとんどの利用者さん「おなかいっぱい」と満足されたようです(笑)ハウスの井上さんからの立派なスイカの差し入れもあり3日間おいしくいただきました。後片付けも皆で協力し合って無事終わることができました。

社長、ありがとうございました!!



冬野菜の種まきがはじまりました。



播いて



播いて



播いて



毎年のことながら細かいゴマの大きさほどの種をピンセットで1枚406穴に1粒ずつ播いていきます。なかなか集中力と根気がある作業ですが、「ガイド」といって、矢印が書いたカードを合わせて使うと作業がやりやすくなります。ビニールハウスの中で何日か育つと、小さくてかわいらしい芽が出てくるのですが、それを初めて種まきをしてくれた利用者さんと一緒に見に行くと「わ~!ほんまや!小さい芽が出ると!」「すごいー!」と感動されていました。自分たちが苦勞して播いた種が、だんだん大きくなり、土ポットに定植し、出荷されていく。この仕事をしていないとわからない感動や嬉しさがありますね。みなさん何度も種まきをして、スピードも速く、丁寧になってきました。たまには目の体操をしながら、体を伸ばしながら、これからもがんばりましょう。



就労準備基礎セミナーに行ってきました

8月23日ハローワークで就労準備基礎セミナーがあり、ウェルポート虹から利用者の方4人が参加しました。「社会人としての自己管理」ということで、①規則正しい生活 ②睡眠について ③公共の場での発声 ④公共の場所での身だしなみ について勉強しました。

「社会人としての自己管理」

毎日、ちゃんと仕事ができるように、自分が自分でよい状態を続けること

②睡眠について

理想の睡眠時間は7~9時間で、夜寝る時間と、大切なのは、朝起きる時間を毎日変わらずに守りましょう

③公共の場での発声

公共の場...たくさんの方がいる所、自分の家以外の場所 家から一歩外に出たら、そこは公共の場所です。話す内容や声の大きさに注意して周りの人に迷惑にならないようにしましょう

①規則正しい生活

しっかり睡眠をとり、栄養バランスを考えて三食(朝食・昼食・夕食)をしっかり食べ、毎日の生活リズムを整えましょう

④公共の場所での身だしなみ

【髪を整える・髭や爪は切っておく・服は洗濯した清潔なものを着る・靴下は破れていないか確認する】いつ・どこで・誰に出会ってもいいように身だしなみを整えましょう

☆うれしいお知らせ☆ 先日ウェルポート虹から一般就労された I さんが、「仕事を一人で任されるようになった。お給料も上がった」事など、とてもいい笑顔で報告に来てくれました。厳しく怒られたこともあるそうですが、頑張っ てよかった...と言っておられました。目指せ一般就労☆☆☆次はあなたの番!!

