

ほっとねっと NPO 法人

ほっとねっと

ほっとねっと

内容紹介

- 1 … ねっとハウス「くろーばー」久米
楽しかったクリスマス会
- 2 … ねっとハウス「くろーばー」北条
北条の景色を楽しみました
- 3 … すけっと工房
卓球レク“全集中”
- 4 … ひだま里
今年も“おせち”がんばりました
- 5 … 口 笛
新商品登場
- 6 … 共同住居 ひまわり・大
防災訓練・共同住居の年末
- 7 … サロン事業 なみなみ・かめかめ
活動報告
- 8 … エンディングサポート事業・生活力
インタビュー・コロナ対策として
- 9 … ピア人材バンク事業
活動報告
- 10 … 合同レク（ピザパン）
みんなで楽しくピザ作り
- 11 … ほっとパートナー
ヘルパーを利用してみて



じぎょうしょいちらん 事業所一覧

久米窪田事務所 〒791-1101 愛媛県松山市久米窪田町897-7

●ねっとハウス「くろーばー」久米 TEL: 089-975-9616 FAX: 089-907-8930

小坂事務所 〒790-0963 愛媛県松山市小坂2丁目2-20

●ヘルパーステーション「ほっとパートナー」 TEL: 089-997-7307 FAX: 089-997-7308

●就労継続支援B型事業所「すけっと工房」 TEL: 089-932-4212 FAX: 089-997-7308

●相談支援事業所 ほっとねっと TEL: 089-907-8030 FAX: 089-907-8050

●自立型生活援助事業所 ほっとねっと TEL: 089-907-8030 FAX: 089-907-8050

●法人事務局 TEL: 089-997-7307 FAX: 089-997-7308

北条事務所 〒799-2432 愛媛県松山市土手内121-12

●ねっとハウス「くろーばー」北条 TEL: 089-992-1388 FAX: 089-989-0202

●就労継続支援B型事業所「ひだま里」 TEL: 089-993-4733 FAX: 089-989-0202

石井事務所 〒790-0932 愛媛県松山市東石井5丁目3-13

●就労継続支援B型事業所「口笛」 TEL: 089-905-0579 FAX: 089-907-0523

2021年1月号

発行者：NPO 法人ほっとねっと

<http://hotnet.or.jp>

[ねっとハウス「くろーばー」久米]

ごとうつ たいかい 合同釣り大会



こっちも釣れたよ



釣れた魚と。

おおもの大物が釣れたよ!?



てんきにも恵まれ絶好の爆釣日和のはずが・・・
来年こそは!

HAPPY BIRTHDAY!



10月から12月までのあいだ、新型コロナウイルスやインフルエンザにかからないように予防しながら、お誕生会やレクを行いました。

レクでは、ピザ・焼肉弁当・デザート作りを行いました。外食が難しいところを皆さんと一緒に楽しむことができました♪
パーティーをはさんで、ゆっくり食べる様子でしたが、皆さんから「おいしかった」「よかった」と感想を教えてくださいました!



クリスマス会

12/24、12/25の二日間でクリスマスの飾りつけをして、クリスマスケーキやチキンを食べてすごしました。
おしゃべりは難しいけれど、ニコニコしながら楽しく食べました。

新年もどうぞよろしくお願いたします!

[ねっとハウス「くろーばー」北条]

「くろーばー」北条では、外出時のマスクの着用や手洗いなど感染予防に十分気を付けながら、楽しい生活が出来ないか模索しながら活動しています。



入居者の方の希望もあり、焼肉レクをしました。パーティーや距離をとりながらの焼肉でしたが楽しい時間を過ごすことが出来ました。



みんなでそろって外出することが難しく、希望者で集まってどこか景色のいいところで気分転換が図れたらいいな・・・と散策ドライブに出かけました。どこに行ったか写真でわかりますか？



ヒントは、北条から見える山です。上ったら今治も見えるよ(^ω^)・・・



北条からさらに北へ・・・近くには漁港もありました！



みんなで囲んで焼肉パーティーもしましたし、おいしくて楽しかったです。また次もそういう機会をつくったらいいと思います。



[すけっと工房]

じゅうがつ
10月

たっきゅう かいさい
卓球レクを開催・スポーツの秋



けいけん かた じょうず
経験のある方も！お上手です！



しんけん
真剣！



ぜんしゅうちゅう
全集中です！

ねつせん く ひる
熱戦が繰り広げられています。

じゅういちがつ
11月

パーティー ション さいぎょう
パーティション作業



しゅうちゅう
集中しています。
ぶひん せつちやく
部品を接着してパー
ーションを組み立ててい
きます。



せつちやくぶぶん
接着部分がズれない様に・
ていねい さいぎょう ちと
丁寧な作業が求められます。

じゅうにがつ

12月

ぼうねんかい としこ
忘年会レク・年越しそば

さいぎょうば ふうけい ふう
作業場風景・冬の畑

ふゆ はたけ
冬の畑ではブロッコリー
が元気に育っています。

ぼうねんかい
忘年会レクではお鍋
を食べました。

としこ
年越しそばを食べま
した。美味しいと
ひょうばん しょうじょう
評判は上々↑↑



さいぎょうば
作業場
風景



ことし さいぎょうば
今年もすけっと工房を
よろしくお願ひします

[ひだま里]

★10月★

レクリエーション

三密をさけて室内で出来るゲームで楽しく過ごしました。

ジェスチャーゲームは意外と盛り上がりました。

お昼に食べたのは近所のたこ焼き。



AED講習

こちらも密を避けての講習でした。

いつもは室内ですが今回は屋外で行いました。

講師の方が行っているのを見て、質疑応答をするながれでした。

体験は出来ませんでした、みなさんから質問がたくさんでした。

★★11月★★

久しぶりの外でのレクリエーション。

間隔をあけてBBQ！ お肉・おにぎり・野菜たくさん食べて満足🍴

食後の温かいコーヒーにおやつ…もう「美味しい！」が止まらない。



★★★★12月★★★★

毎日使っている厨房や作業棟をきれいに掃除。

今年は忘年会を開催することができないため

少し豪華なお弁当を注文しました。



おせちは12/30.31の2日間で製造。

美味しいおせちが完成しました。



ひだま里お手軽おせち



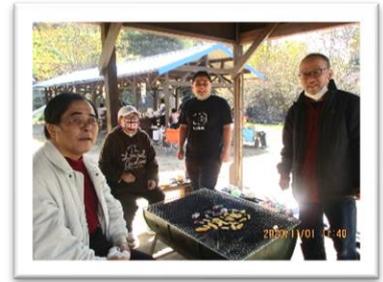
新しい年もよろしくお願ひ致します。



2020年 お疲れ様でした。

バーベキュー 10月 BBQレク

バーベキュー
BBQレクは毎年大人気。しっかりコロナ対策をして、各グループに分かれます。
お肉やお野菜を美味しく食べました。お腹いっぱい、堪能することはできましたでしょうか。



♪分散レク♪ みんなでピザパンを作ろう♪

口笛初！オンラインレク開催！コロナ禍でも皆様に楽しんでもらえるレクをお届けしました。皆様に協力してもらい、まずは法人内で開催することができました。参加者からは、楽しかったですという声を多数いただきました。詳しくは、特集ページへ！

11月 シェイクアウト

まずは身の
安全を確認
します。



地震です



地震です

避難所に到着し
たら、検温と
消毒をします。
受付で安否確認。



シュトレンバリー
新登場！！



今年も、沢山の皆様にお客様に
シュトレンをご購入いただきました。
大変、ありがとうございました。

共同住居

共同住居 大

共同大ではすげっと工房よりコロナ対策のパーティションも設置

され、3人で安心して夕食をとれるようになりました。

12月24日にはひだま里のクリスマスケーキも召しあげました。

「おいしかったよ！」

「また誕生日にもケーキを食べたい。(^^)」

そして、2020年をふりかえっての感想は・・・

Kさん「もう入院はこりごりだなあ」

Hさん「入院せずに過ごせてよかった。」とのこと。そして、
2021年の抱負は・・・「入院せずに3人で元気に過ごしたい。」でした！

また来年もおいしいものをたくさん食べて元気にすごしましょう。



共同住居 ひまわり

ひまわりでは10月に開催予定であった防災訓練を12/22(火)に行いました。(10月は当日消防署で緊急出動で延期になっていたため)

入居者6名全員と職員1名で消防士の方立会いの下訓練に臨み通報訓練、水消火器を使用しての初期消火の手順を学びました。

皆さん何度か経験されている方もおられましたが、真剣に訓練に取り組んでおられました。



～なみなみサロン～

いつもパンの
注文をいただ
いております。



10月22日に行われたサロンに、口笛からも参加しました。お家で収穫できたミカンの差し入れを頂き、中島のミカンは絶品でした。今年のできは、ますますだそうで、これからは干し柿の準備も始まり、繁忙期になります。おいしい干し柿の作り方も教えていただき、子供の頃の懐かしい話に花が咲きました。

中島にきたら
もちがほっこり
するな～。



かめかめサロン

【松山地区】

コロナウイルスに負けずに、毎週開催しております。日頃の気になること、知りたいこと、話したいことなど、気楽に集っています。うれしいことに、新メンバーも加わり楽しく談話しております。

また12月からは、コロナウイルス感染防止をさらに強化し、飛沫防止のパーティション設置をしました。ぜひ、ご参加お待ちしております。



【北条地区】

北条地区にて月2回、サロンを開催しています。日々の出来事から、お金の使い方や休みの日の過ごし方など、情報交換をしながら活動しています。ひだま里のシフォンケーキをおやつに、楽しく歓談しています。

サロンの事を色々な人に知って貰い、興味を持って貰うため、新しいチラシを皆で考えて作成中です。新型コロナの影響が続きますが、出来る事から少しずつやっていきたいと思っております。

[エンディング・生活力]

現在、ほっとねっとのお墓の契約をされている方が、17名いらっしゃいます。今回は、すでに契約をされた方のインタビューをお届けいたします。

- ① ほっとねっとのお墓を知ったきっかけ ② 契約にいたった経緯 ③ 契約後の心境

M氏 60代 男性

- ① 口笛で働いていた時から、お墓ができたことを聞いていました。
② 僕は、実家の家族とは宗教が異なるので実家のお墓には入らないことに決めていました。
③ 自分が亡くなってから、落ち着く先がちゃんと決まって、ほっとしています。

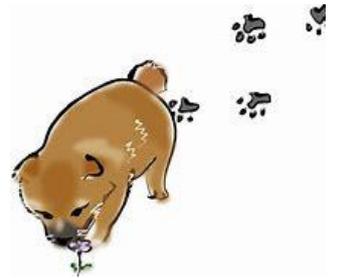


Y氏 60代 男性

- ① 兄の墓に入るしかないのかと思っていたから、相談等の周りの人が心配してくれたから、思いついた。
② 実家が県外の遠方だから、近くがいいし、知っているメンバーが、一人でもお墓参りに来てくれるからよいと思った。
③ 疎遠の甥たちに迷惑かけずにできるからよかった。無縁仏にもならず安心してできる。

I氏 40代 男性

- ① エンディングの担当者から、共同墓地のことを紹介してもらったからです。
④ 自分が死亡した時、家族を悩ますことになるのが、嫌だったからです。
⑤ 自分が永眠できる場所が見つかった事で、安心感を得られました。



せいかつりよくすいしんじぎょううんえいいんかい 生活力推進事業運営委員会

12月4日に生活力推進事業運営委員会がありました。

新型コロナウイルス対策で三密を避けるため、ZOOMによる、テレビ会議で開催しました。

各事業所でのコロナ対策についての話題があがり、「手洗い、うがい、マスク着用、検温に気をつけたい」という話や、窓をすかして換気をするようにしている等、それぞれの対策を話し合いました。



[ピア人材バンク事業：ほっとねっとピアサポーター]

ほっとねっとではピア人材バンク事業を実施しています。

内容は、①ふれあいトーク事業②ほっとねっとピアサポーター③講師派遣事業です。

ピアサポーターとは？

「ピア」とは「仲間」という意味のことばです。「ピアサポーター」は、同じ病気や同じ体験をしてきた方が、自分のできることで、できる範囲で助け合っていく活動を行う方のことです。

松山市ピアサポーターとは？

地域移行支援事業（長期入院している方が安心して退院できるように手伝える支援）・地域定着支援事業（退院した方が地域で安定して暮らせるように手伝える支援）を利用している方を支援する方の呼び方です。

今まで当たり前前に会えていた方と会えない日々が続いています。

そんな中、タブレット端末やパソコンの画面を通して話しをしたり、事業所見学に来ていただけない代わりに、リモートで事業所の様子をお伝えしたりする取り組みを行いました。

活動の機会が減ってしまっていたピアサポーターの皆さんが、大活躍してくださっています。

松山市ピアサポーター活動報告



くちぶえ
口笛 Mさん

グループホーム入居者の方とお話しする活動

今までは、Aさんの住まわれているグループホームに行って、塗り絵などを一緒にして過ごしていましたが、コロナが流行し、zoomでAさんとお話しをするようになりました。今まで、zoomを利用したことはなく、とまどいもありましたが、グループホームの職員さんも一緒に話しをしてくれ、15-20分ほど、画面を通してですがAさんと一緒に時間を共有できています。



ほっとねっとピアサポーター活動報告

きらりの森生活訓練のメンバーさんに、ほっとねっとのB型事業所がどんな所か、どんな作業をしているのか、リモートで見学をしていただきました。新しく、使いやすい機材も導入できましたので、入院中の方ともリモートでつながることができればと考えています。

ぜひご依頼ください！

所内作業のこと、内職や配達などの説明をしました。事前に紙に書いたものを読んだので、説明はすらすらと言えました。質疑応答は、とっさに答えんといかんで、考えがまとまらなくて慌てました。リモートは緊張しました。だけど、目の前に人がいっぱいいる方がもっと緊張したかもしれません。 ひだま里 高木さん

・移動なしで一気作業の様子を見て頂けて良かった。
・リモートだからか、相手の方の反応が分りづらいつころがあった。
・30分と短い時間だったため、一方的になってしまったかも。 すけっと工房 久保さん・Oさん

10月に、まずはくちぶえ口笛で実施しました！ちゃんと見えとる～？



リモートで!

ピザパンを作ろう!



新型^{しんがた}コロナウイルスの感染^{かんせん}が広がり^みを見せる中、何か^{なに}楽しい^{たの}ことができる^しないと、リモートでのピザパン作り^{つく}を企画^{きかく}しました。事前に^{じぜん}口笛^{くちぶえ}特製^{とくせい}のピザパン^{きし}生地^こをお届け^{とど}けし、当日^{とうじつ}はパソコンの画面^{がめん}を通して^{とお}口笛^{くちぶえ}から作り方^{つく}を発信^{はっしん}し、各事業所^{かくじぎょうしょ}でお好み^{この}の具^くをのせてピザパン作り^{つく}を行いました^{おこな}。

ちゃんと写っているかな…?



まず^ま生地^{きし}をひろげ^{ひろ}まーす。



みな^{みな}皆さーん! チーズのせましたかー?

くたくさん^{くたくさん} 真沢山^{まざき}になりました!



みな^{みな}皆さん^{しんけん}真剣!



おいしそうにできた!



楽しかった! おいしくできた! またやってほしい! というご感想^{かんそう}をたくさんいただきました。直接^{ちよくせつ}会えなくても、楽しい時間^{たの}を共有^{きょうゆう}できて良かったです。



ヘルパーを利用しての感想



ながねん 利用者様を利用しての感想を聞いてみました。

★長年ヘルパーを利用しての感想

10年ぐらいヘルパーを利用して、今は掃除だけの支援ですが、以前は調理の支援もしてもらっていました。一人で調理はほとんどした事ありませんでしたが、ヘルパーと一緒にサラダ、野菜炒め、パスタ、カレーライス、お好み焼き等色々な料理を作って、一人でも作れるようになりました。

掃除の支援では、部屋が片付いてトイレ掃除やエアコン掃除の仕方も教えてもらい、助かっています。

新規の利用者様にヘルパーを利用するようになったきっかけと、
利用してみたの感想を聞いてみました。



★ヘルパーを利用するようになったきっかけ

ピア活動の電話相談で、相談相手からヘルパーを利用して助かっていると聞いていて、興味はありました。病院の主治医から「作業所を続けるなら人に助けてもらった方が良いと思うよ」と、勧められてヘルパーを利用してみようと思いました。

作業所の職員さんが、相談支援事業所に連絡してくれて、ほっとパートナーを利用する事となりました。

★ヘルパーを利用しての感想

最初は緊張したけど、ヘルパーとコミュニケーションが取れるようになってきて良かったです。今まで惣菜ばかりだったけど、週1回ヘルパーが作った美味しい料理を食べられるようになって良かったです。

ヘルパーには調理をしてもらい、掃除、片付けは自分でしたり、一緒に住んでいる母親と協力して頑張っています。