

ほっとねっと NPO 法人 ほっとねっと

内容紹介

- 1・2 … 追悼
深井浩二さんを偲んで
- 3 … ネットハウス「くろーばー」久米
美味しいものを楽しみました
- 4 … ネットハウス「くろーばー」北条
外の景色を楽しみながら…
- 5 … すけっと工房
仕事も楽しみも大切に
- 6 … ひだまり
流行りのオンラインも体験
- 7 … 口 笛
“低たんぱく米粉食パン”
イイね!
- 8 … 共同住居 大・ひまわり
日々のひとコマ・防災訓練報告
- 9 … サロン事業 なみなみ・かめかめ
活動報告
- 10 … エンディングサポート事業/生活力
お盆供養報告/活動内容
- 11… ピア人材バンク事業/ほっとパートナー
支援の様子・活動報告



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

●ネットハウス「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

●ヘルプステーション「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

●ネットハウス「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「ひだまり」 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 10月号

発行者: NPO 法人ほっとねっと

<http://hotnet.or.jp>

深井浩二さん追悼

去る5月12日、前理事長の深井浩二さんがご逝去されました。

深井さんは平成29年から理事長を務められ、常に「ぼくは用務員だから建物のことでもなんでも、困ったら相談してね!」と明るい笑顔で皆に声をかけてくれる、とても気さくな方でした。

理事長の任に着かれる以前から、ほんとねっとでは沢山の事業所の設計や改修をして頂き、それは理事長に就任されてからも変わることなく、利用者の過ごしやすい、職員の働きやすい建物のために働いていました。

晩年はご病気のため闘病生活となり、残念ながらこの世を旅立たれました。

この場を借りて、改めて感謝と哀悼の意を表します。



追悼コメント

深井さん、貴方がいなくなって4ヶ月、寂しいです。25年前、きらりの森の設立で毎週の森のように会って話をしたり、ほんとねっとの運営についても法人設立以後、毎月どこかで話をしていましたね。そんな貴方がいなくなるなんて、これからどうしたらいいかと淋しさと不安で今でも心が揺れます。でも、ゆっくり前を向いて進んでいきます。必ず。

理事長 丸田 一郎

深井さん いつもひょっこり現れ、深井さんの顔を見ると「あっ!!」と
お願い事を思い出す。困っていることをあれやこれやと聞いてくださる。

お忙しいはずなのに、すぐに対応してくださる。深井さんの明るい笑顔と

優しく親しみやすい人柄に、いつも癒される。深井さんといるとなぜか

笑ってしまう。どんなに大変な時でも前を向き、温かい言葉に何度も勇気

づけられ、とても心強い存在でした。深井さんありがとうございました。

口笛 越智 佳芳里



[深井さん追悼]



深井さんはいつもどんな無理なことをお願いしても笑顔で「うん、大丈夫よ」と答えてくださいました。絶対大変でしんどかったはずですが、それを表に出すことなく、周りを気遣って冗談を言ってくれたり、周りを笑顔にしてくださる、本当に大きく温かい方でした。今までたくさんの無理やわがまを優しい笑顔で聞いていただき、本当にありがとうございました。すけっと工房 倉田 綾

会えば元気をもらえる、私にとって深井さんはそのような存在でした。

思えば前の職場の時から10年近くもお世話になりました。ほんとねっとなに就職してから、気にかけて声を掛けてくださり、とても心強く安心したことを覚えています。

「何かある〜?」と、ふらりと事務所に寄ってくださり、「ここも、あそこも…」という私たちの突然のお願いに、いつもすぐに対応してくださいました。職員旅行で乗ったクルーズ船で、一緒に神戸の強風を浴びたこと、ずっと忘れません!

感謝は尽きません。ありがとうございました。ねっとハウス「くろーぱー」 田中 あや



青いシエタを見かけるたびに深井さんの顔が頭に浮かびます。ちょっとした建物の修理なら、シエタから工具を取り出して「ワシがやった方が早いシタダヤケン」と笑って汗をいっぱいかきながら直してくれたことを思い出します。

深井さんは私よりずっと年上ですが、茶目っ気たっぷりで話しやすく、年齢差を感じさせない楽しくてお元気な方でした。相談事にはすぐに対応して下さり、愚痴を言えば笑顔で励まして下さりました。そんな深井さんがもういないと思うと本当に寂しいです。たくさん助けて頂き、ありがとうございました。ひだま里 武田 慎吾

[ねっとハウス「くろーばー」久米]

4月

みんなで協力しながら、焼いてデコレーションしました。甘い匂いがふんわりと広がり、果物たっぷりのきれいなホットケーキが出来上がりました♪



グループホームで食後のデザートを楽しみました。それぞれがフルーツをとりわけて、オリジナルのフルーツポンチを作りました。

5月



コロナで外出も難しい中、退院祝いとき気分転換を兼ねて、焼肉弁当のテイクアウトをしました。好きなメニューを各々で注文されて楽しめました。



6月

話題のハーバリウムづくりに挑戦しました。それぞれの個性があらわれた素敵な作品が仕上がりました。参加者も作品をみせてもらったスタッフも楽しむことができました。今日も各お部屋で美しく並んで飾られています。



7月



8月

誕生日会をひらいて、お祝いをしました。今年も幸せそうな笑顔を見ることができました。いいことがたくさんありますように！



夕焼けや

いつの日か見た

奇跡かな

沖田 昌広



[くろーばー北条]

4～9月 くろーばー北条 活動報告

くろーばー北条では6月いちご庵でデザートレク、7月各グループホームでフルーツポンチづくり、8月は花火レク（ひだま里駐車場にて）、9月は道の駅風和里に出かけて楽しみました。コロナ禍ではありますが、出来る範囲で入居者の方が楽しめるレクを実施することができました。入居者の方も「楽しかった、よかった」と言われていました。



くるま ふう 車いすが増えました

赤い羽根共同募金より助成を頂きました。ありがとうございました。

くろーばーの車いすが計3台となりました。外出などで利用し、大変助かっています！



はる なつ 春から夏にかけて、すけっと工房ではたくさんの笑顔がありました！

4月

お花見に行きました。右手川公園で桜を見て、すけっと工房でひだま里の美味しいお花見弁当をいただきました。



5月

砒部のパットゴルフに出かけました。初夏の気持ちの良い風が吹く中で、いい運動ができました。

6月

すけっと工房でかき氷を作りました。順番に氷を削り、トッピングも楽しみながら作りました。いちご味が美味しかったです。



7月

せせらぎ亭に出かけ、釣り堀で魚を釣り、釣った魚を料理してもらいました。美味しいニジマスをいただきました！

9月

お月見団子を作りました。準備から片付けまで、皆で協力して作りました。



～ 作業も頑張ってますよー！ ～

グループホームすずらん2の除草作業をしました。今年は機械を使わず手作業で頑張りました！



4月 お花見 はなみ

暖かい日差しの中、瀬戸内の風を浴びながら
バドミントンをしたり、唄を歌ったりしました。



5月 写真教室 しゃしんきょうしつ

スイーツコンテスト2位の景品として、プロのカメラマンに撮影技術を教わりました。
プロの機材で、ひだまりのシフォンケーキの写真を撮って買いました。

6月 リモート見学 けんがく

タブレットを使って、リモートで見学を行いました。
病院の患者さんに、メンバーがひだまりの様子を伝えています。



6月 護国神社参り・ホットドッグ作り ごこくじんじやまい

皆でホットドッグを作りました。フライドポテトも盛り付けて、アメリカな昼食でした。
午後からは護国神社参り。
疫病退散を願いました。



7月 オンライン旅行 りょこう

外出の難しいご時世ですので、パソコンを利用したオンライン旅行を実施。前半は国内の寺社仏閣を巡り、後半はGooglemapのストリートビューを利用し、ダイヤモンドヘッドやグレートバリアリーフなど世界各国の観光地を訪れました。



8月 うちわ卓球 たつきゅう

3密回避をしながら焼肉を楽しみ、午後からはうちわ卓球。簡単そうに見えて、結構難しい。
想像以上の熱戦となり、とても盛り上がりました。



がつ
5月

つく
タコス作りレク



がつ
6月

すし
お寿司テイクアウトレク



うまい!



がつ
7月

さわかい
茶話会レク



すけっと工房さんがおこなっている移動喫茶に来ていただきました。

台湾カステラは、ふわふわで大好評でした。

てい 低たんぱく・低カリウム

てい 低リン・食塩無添加

グルテンフリー

パンを食べたいけど基礎疾患があるため食べられない。病気治療中や食事制限をしている。グルテンフリーのパンを食べたい。そんな方々に食べていただけるような美味しいパンを提供できないか。そんな思いからできた低たんぱく米粉食パンです。

予約販売中

低たんぱく米粉食パン

★成分表

	口笛の低たんぱく米粉食パン	一般的な市販の食パン (*文科省データより)	ごはん (*文科省データより)
摂取量	100g	100g	100g
エネルギー	252kcal	248kcal	156kcal
水分	44.1g	39.2g	60.0g
たんぱく質	2.3g	8.9g	2.5g
カリウム	34.0 mg	86.0 mg	29.0 mg
リン	26.0 mg	67.0 mg	34.0 mg
食塩相当分	0.01g	1.2g	0g

*日本食品標準成分表 2020年版(八訂)より

★賞味期限

常温の場合: 製造日含めて2日。
冷凍の場合: 7日。

★保存方法

スライス後はラップ等で1枚ずつ包み、保存袋に入れて冷凍。

★お召し上がり方

お買い上げお当日ならそのままでも、もちもちでおいしくいただけます。

翌日であれば軽くトーストしてお召し上がりください。焼きすぎると固くなります。冷凍の場合、解凍後に霧吹きしてトーストするのがおすすめです。

原材料

米粉・コンスターチ・上白糖・米油
無塩バター・パン酵母
プランタゴオパタ種皮末



くめびょういんかんのえいりょうし
久米病院管理栄養士の
富岡さんです。お
忙しい中アドバイスを
沢山いただきました。
ご協力有難うござ
いました。

[共同住居]

きょうどうじゅうきょだい [共同住居大]

べんとう
うなぎ弁当でスタミナつけよう！



きょうどうじゅうきょだい がつし ひ べんとう た
共同住居大では 7月丑の日にうなぎ弁当をたべました。
「おいしかった」と感想をいただきました。
おいしいものをたべてげんきにたすごしてただきたいです。



た
そうめんも食べました。



たまには
いいね！

ひきつづき たいさく じっし
コロナ対策を実施しながら

にゅうきょしゃ
入居者のかたみんなで しょくじ
食事をとっています。

きぼう
希望のメニューを と い
取り入れて

きせつ りょうり たの
季節の料理を楽しんで おも
いただけたらと思います。

きょうどうじゅうきょ [共同住居ひまわり]



たんじょうび いわ
お誕生日 お祝い♪

がつ し たんじょうびかい
4月に T氏のお誕生日会をしました。
T氏に きぼう
希望のメニューをお聞きし、お寿司、茶わん蒸し、
そしてケーキをご用意させていただきました。



ぼうさいくんれん じっし
防災訓練 実施しました！

7月には ぼうさいくんれん
防災訓練として、地震等災害が
おこった時 とき
にどうするべきかをまとめた DVD を
みました。災害はないことが一番ですが、
災害にあった時、いかに冷静に動けるかが大切！
ということ まな
を学びました。



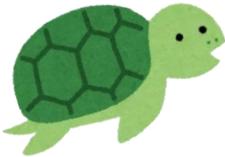
[サロン事業]



なかじま 中島 なみなみサロン



当初は4月に口笛からも参加予定でしたが、コロナウィルスの影響によりサロンが中止となり、7月22日が今年度初めての口笛参加となりました。今回のトークテーマは「今、困っていること」。歳をとるとともに、身体のあちこちの痛みや、背中が丸くなってしまうことなど、それぞれが話しをし、参加者からアドバイスをもらいました。また、中島の参加者からは、コロナが心配なので松山市内に買い物に行きたいけど控えている、島は田舎で野菜もあるし、街の若い人に比べると職を失うといったような心配がないよね、という話しも聞かせてもらいました。



こさか 小坂 かめかめサロン



コロナウィルスの影響により、1回4名までの人数制限をさせてもらいながら実施をしています。今は座談会が主な活動になっています。ゆっくりとみんなで話をしています。愚痴もOK! 吐き出すこと、聞いてもらう事は大切です。いつも、みんなで笑いと飛ばしています。優しく、いい仲間がいます。興味がある方、気軽にご連絡をください。すこしずつですが、制限も緩和されてきています。以前のようにみんなで集まれる日を楽しみにしています。



ほうじょう 北条 かめかめサロン



前回のほっとレターで、和ホスピタルさんの外来待合室やデイケアにサロンのチラシを掲示して頂いた事を記事にしましたが、初めて、お一人ですが参加がありました。個人情報のため写真もお名前もお出しする事はできませんが、サロン参加者と話し合っって作成したチラシで成果を得た事に、皆で喜びました。

今度は、和ホスピタルさんとリモートでサロンを開催します。サロン参加者のみなさんでひだま里の紹介を行う予定です。すでに紹介用の原稿も作成して頂いており、皆さんのやる気も十分です。

参加者の皆さんの意欲に背中を押して頂きながら、良いサロンにしていきたいと思います。

エンディングサポート事業



令和3年8月18日(水)にNPO法人ほっとねっととして、2回目のお盆供養を執り行いました。
 当日は小雨の中、8名の方が参加してくださいました。ご家族の方も参加していただき、故人との思い出を懐かしくお話しすることもできました。このように故人に思いを馳せる場がある事が、安心へと繋がっていくと実感しました。



法人では平成29年度、松山市鷺谷に共同墓地「やすらぎ」を建立しました。

令和3年8月現在、19名の方が契約をされています。

これからも、利用者の方の思いを聞きながら、エンディングについて一緒に考えていきます。

～生活力推進事業運営委員会～

【B型】

令和3年度もコロナ感染予防対策もありオンラインでの生活力推進事業運営委員会を開催いたしました。

まず、各B型事業所で行われている、コロナ対策を考慮したレクリエーションや活動の報告を行いました。それぞれの事業所の工賃のことや、授産活動の中でこういう工夫はできないか、またこういう風にしてもらえないか？ コロナ対策でどのようなことに気を付け生活しているか、活動しているかなどたくさんの意見交換を行うことができました。またほかの事業所の取り組みに興味を持ち、自分たちの事業所でもできないか検討してみたいとの意見もあり、さっそく事業所に持ち帰りはなし話をされるなどいい意見交換の場となりました。



【グループホーム】



グループホームでも今年度8月にオンラインでの生活力推進事業運営委員会を開催しています。

各グループホームの活動報告後、意見交換を行いました。みなさん、日頃の生活での困っていることなど意見が出て、良い意見交換の場となりました。

ほっとパートナー・ピア人材バンク



ほっとパートナー

ヘルパー支援の様子



ヘルパーと利用者さんで分担しながら、掃除、調理、洗濯、買い物等を行っています。

利用者さんの体調に合わせて、体調の良い時は一緒に動いてもらっています。

体調の悪い時は出来る範囲で動いてもらったり、休んでもらったりしています。



ほっとねっとピアサポーター活動報告

9月29日、社会福祉法人花咲会様からのご依頼で「ピアサポーター養成研修」の講師として、ほっとねっとのピアサポーターが活動を行いました。当初は、新居浜へお邪魔して、新居浜のピアサポーターの皆さんと直接お会いできる予定でしたが、コロナ禍の影響で、今回はオンラインでの実施となりました。

ピアマネジャーからの「ピアサポーターの役割とピアサポーターに望むこと」についての講義の後、ほっとねっとのピアサポーターからの体験発表、新居浜の皆さんとのグループワークを行いました。グループワークでは、色々な意見や質問が出て良い意見交換の場となりました。



新居浜でピアサポーターを目指している方に、「自分は今までどんな感じでピアサポーター活動を行っていたか」についてzoomで発表した。

驚いたのは、ピア電話相談で自殺を考えている人の話を聞いて対応したという方がいると聞いた時だった。

今はコロナ禍で実際に会って話をしたり聴いたりできないが、できることなら自分もピアサポーターという役割に自信がもてるようになりたいと感じた。

今井靖泰

