

## ～新年のご挨拶～



新たな年を迎えて皆様いかがお過ごしでしょうか？

旧年中は慣れない職責で皆様にはご迷惑を掛けながらもいろいろとお世話になりました。御礼申し上げます。

私事です、昨年の9月から東京障害者乗馬協会の「木曾馬乗馬会」（山梨県）に月1回ボランティアとして参加しています。新宿駅から現地までのマイクロバスの運転と参加者の乗下馬の際の介助や騎乗中の転落防止の為に馬の脇でフォローする役割をしています（早足になるとついていくのが大変ですが・・・）。

参加者は様々で、全盲の視覚障害、下肢麻痺の身体障害、その他の障害を持っている方々が、木曾駒に乗馬して楽しんでいる姿を見ていると、いかなる障害があろうとも楽しみの機会を持つことは人生にとって大切であることを実感しました。

その後、視覚障害者の方に対するガイドはどうすればよいかを知るために「同行援護従業者養成講座」を受講しましたが、今まで自分が視覚障害について正しく理解していなかったことを痛感して恥じるとともに反省することしきりでした。当たり前のことですが自己研鑽を常に心がけなければならないと改めて知らされました。

ところで、「わーくす ここ・から」の職員も「小規模社会福祉施設防火実務講習」を受講して、火災などの緊急時に適切に対応できる技術を生みつけるとともに、毎月の避難訓練内容に役立てられるように努力しております。

今年もより安全・安心で工賃向上の事業所を目指し、職員一同努力してまいりますので皆様もご指導ご鞭撻の程よろしくお願い申し上げます。

わーくす ここ・から 所長 大熊 豊

## ～第9回共同バザール～

12月11日（木）12日（金）に新宿駅西口イベント広場にて第9回共同バザールが行われました。今年は冬の到来が早く、販売場所も一番風を受けやすい場所で、時間帯によっては震えるほど寒かったのですが、みんなで元気よく「いらっしやいませ～！！」と販売しました。わーくす ここ・からの商品が色鮮やかで、売り場が華やかだったことが評価され、『ユーモア賞』をいただきました！



カラフルできれいな売り場でした！

## ～クリスマス会～

12月24日（水）の午後にクリスマス会が行われました。今年のクリスマス会は3部作。

第1部はマジックショー。トランプやリングを使っただけのマジック。机が宙を舞ったり、ハンカチの中から、いくつもの傘が出てきたり。みんな「わ～ッ！」と声を出して驚くほどのマジックショーでした。♠♥♣♦

第2部はゲーム大会。6チームに分かれてのチーム対抗戦。各チームの代表4名が、プレゼントを次から次へと手渡すパソコンゲームです。みんな初めてのゲームに気合が入って、チームのまとまりも一段と出来ていたように感じました。

ラストの第3部は、60個もある紐に結ばれたプレゼントの中から、紐を引っ張って吊り上げるプレゼント争奪戦。みんな何が吊り上がってくるか、お楽しみ！洗剤に手袋。ハンガーにカレンダーなどなど。中でも、大きな紙袋を吊り上げた3人には、夢ある「宝くじ」券が当たりました。イチゴショートケーキ、モンブラン、チョコレートケーキを会食しながらのプレゼント争奪戦は、みんな盛り上がり、楽しいクリスマス会でした。



机が浮いている！！



## ～しごと棟入口花壇紹介～

「12月のメインイベントはクリスマス！」という方も多いのではないのでしょうか。そんな12月をより一層輝かせるため、わーくす ここ・からでは12月の花壇をポインセチア一色にしてみました！！

ポインセチアの花言葉は「聖なる願い」

ポインセチア一色の花壇

「祝福」「私の心は燃えている」です。クリスマスらしい言葉や強く赤い色を連想させる言葉ですね。寒い冬ですが、真っ赤なポインセチアのように気持ちを赤く染めて暖かく元気に過ごしていきましょう！！



## ～健康維持のため、冬に気をつけたいこと～

寒い冬がやってきました。体力だけでなく、病気に対する抵抗力も弱まるこの季節を健康に過ごすためには・・・

①外出後は必ず手洗い・うがいをし、インフルエンザ等の感染症を予防する。

②栄養を摂る。（鍋もの等身体を温める食べ物がおススメ！）

③乾燥対策に十分な水分補給をする。

④適度な運動と睡眠を取る。



これらのことがとても大切なこととなります。是非是非みなさん実践して、寒い冬を乗り切りましょう！！