

# 松山福祉園園だより



3月号

松山福祉園広報係  
令和5年3月1日発行  
<https://hukuzumikai.com/>

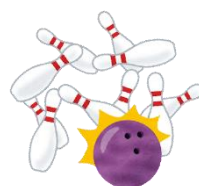


3種目目は空き缶タワーです。時間内に上に積み上げた数が得点となります。今回は短めに時間を設定しておりましたが、目標時間内に10個全て積み上げる方もいました！制限時間終了時には思わず皆さん拍手していました。



3種目を終わると最後は得点の集計です。男性、女性それぞれ集計を行い、待ちに待ったトップ3の発表です。ほぼ全てで満点の方、最後に追いつけて入賞に滑り込んだ方。大盛り上がりを見せたレクリエーション大会となりました。入賞された方、おめでとうございます！！

## レクリエーション大会



今年もやってきましたレクリエーション大会！！

今回のレクリエーション大会は、ボウリング、的倒し、空き缶タワーの3種目を行い、皆さんで楽しみました。

1種目目はボウリングです。2回投げて10ピン倒してストライクを目指します。ボウリングが得意な方もおられますが、意外と悪戦苦闘！？ボールが思ったようにまっすぐ転がらず右に左に曲がっていました。思っていたようにピンが倒れず、スコアに伸び悩む方もおられました。



2種目目は的倒しです。ピラミッド状に準備した紙コップへ目掛け、ピンポン玉を2回投げて倒した数が得点となります。力加減に気を付けながら、高得点を目指して挑戦しました。



1位 Iさん  
2位 Tさん  
3位 Mさん



1位 Wさん  
2位 Sさん  
3位 Mさん

## カラオケクラブ



今回は、新しいカラオケの機械を使ってのクラブ活動でした。皆さん、どんな曲が入っているのか興味津々でしたね。

画面に出てくる歌詞に音程を合わせながら気持ちよくオリジナリティー満載で園には歌声が響き渡っている様子でした。

## スポーツクラブ



今回は、多目的ホールで卓球を行いました。準備運動を終えてから卓球開始。簡単なラリーを終えると試合形式でも取り組みました。続いたラリーを制したり、スマッシュが決まった際には思わずガッツポーズ！寒い時期でしたが汗をかくほどに熱中しておりました。

## 映画クラブ



今回は、男女それぞれ意見を出し合って決定した「アナと雪の女王2」と「ファインディング・ニモ」です。映画の準備をしていると続々と集まってきており、待ちに待った上映開始です。ジュース片手に映画館の気分を味わいながら楽しまれていました。

## 全クラブ活動

## アウトドアクラブ



今回は、スタンドグラス風の制作をしました。画用紙で枠を作り、好きな色のカラーセロファンを切り貼りして仕上げました。光を透かすとキラキラしており、「綺麗！」「かわいい～」と盛り上がりました。



## 文化クラブ



今回は、節分の時期でもあり、「鬼のお面」を作成しました。お皿に自分が想像する鬼を描き、色を塗りました。

皆さんそれぞれの作品が出来、カラフルな鬼を描くことが出来ましたね。

最後に節分の豆を召し上がり、一年健康に過ごせるように祈られていました。

## 松山福祉園に鬼がやってきました！！



「鬼は外！！福は内！！」今年も節分の時期がやってきましたね。

松山福祉園では毎年、従業者が赤鬼となり、皆さんで協力して鬼退治を行っています。

今年も鬼退治が出来るように、新聞紙を丸めて豆に見立て、鬼退治用の豆が出来上がりました！

赤鬼となった従業者に、節分の豆の代わりに作成したボールを大きな掛け声で「鬼は外！！、福は内！！」と元気いっぱい投げて鬼退治です。これには鬼もびっくり！思わず鬼も山の中へ逃げていき無事、鬼退治が出来ました。

鬼退治を終えると、退治した鬼の塗り絵を行いました。

退治した鬼を思い出しながら「ここは何色にしよう」など考えながら塗り終えた作品は皆さんの思い出の作品になりましたね。

## 塗り絵の様子です♪



## 鬼退治の様子です！！



## 休日の余暇支援

### 中心を狙え！ キャップカーリング

ペットボトルのキャップを使った、キャップカーリングに挑戦しました。ルールはカーリングと一緒にキャップを目標の円中心に寄せることが出来たら勝ち、といったゲームです。

皆さん初めてのチャレンジであり、デコピンでキャップを押し加減が難しい様子で、コースアウトする方も多かったです。しかし、繰り返し挑戦することで目標の円周辺にキャップが止まる事が出来ていました。キャップが中心に入った時は拍手喝采！！楽しく休日を過ごすことが出来ていました。



狙いを  
定めて～！

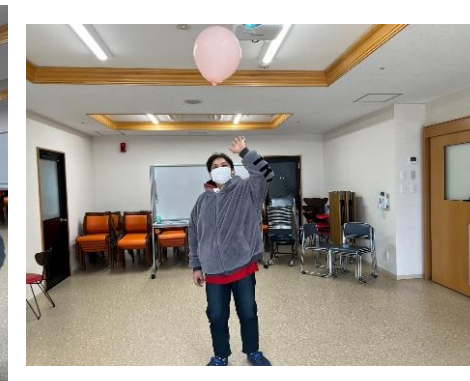


### 仲間と協力しよう！ 風船バレーボール

皆さんより「身体を動かした余暇がしたい！！」との意見が多く、今回は風船バレーにチャレンジをしました。

準備運動はしっかりと行いラリーの開始です。ふんわりと落ちてくるボールに苦戦しましたが、慣れるにつれ沢山ラリーを行う事が出来ていましたね。また「〇〇さん行ったよー」など声を出しながら楽しみながらスポーツを行うことが出来ました。

やんわりと汗を掻くことも出来、楽しくバレーボールを行う事が出来ましたね。



## 作業班別利用者紹介

### 鉄工班



Nさん

鉄工班で作業をされているNさんです。  
作業では主に、製品の拭き取りや運搬、納品準備に従事されています。とても几帳面な性格です。その性格は作業にも活かされており、納品準備の際には製品を1つ1つ綺麗に並べています。油污れも隅々まで拭き取っており、全く汚れが見られません。  
几帳面な性格を今後も作業に活かしていき、見た目も完璧な納品準備を取り組んでいきましょう。

### 配食サービス班



Tさん

配食サービス班で作業されているTさんです。  
作業では主に、野菜の切り込みや配達準備、食材をホームの人数分に分ける作業に従事されています。また手先が器用であり細かな作業も得意とされています。  
作業を終える度にきちんと報告することが出来ており、わからないことは必ず確認しながら、正確に作業を進めて頂いています。  
その丁寧さや正確さを大切にしながら、今後も作業参加していきましょう。

## グループホームの紹介をします

今回紹介するグループホームは「まりもホーム」「まりもサテライト」です。  
「まりもホーム」は男性4名「まりもサテライト」は男性1名の方が利用されています。  
皆さんの趣味をご紹介します！！

### ～まりもホーム～



Uさん

Uさんの趣味はゲームです。  
モンスターハンターライズを楽しまれており、攻略する為に攻略本を購入しました。  
Uさんにとってモンスターを倒すことがストレス解消になっています。

Mさんの趣味はレゴブロックです。  
居室にはレゴで作成した作品が沢山あります。  
休日の良い時間潰しに始めましたが、今はレゴブロックの楽しさにどっぷりと浸られています。



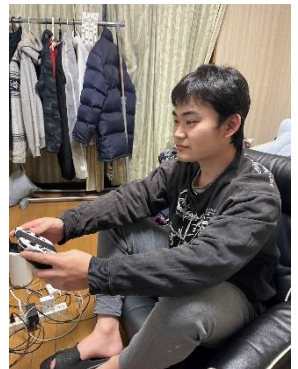
Mさん



Oさん

Oさんの趣味は編み物です。  
これまでカーペットなど大きな編み物を作成してきました。  
現在は毛布を作成しています。一度取り組むとあっという間に時間が経過する程の集中力の持ち主です。

Nさんの趣味はゲームです。  
新しくニンテンドースイッチを購入され、「スマッシュブラザーズ」など楽しまれています。  
ゲームをすることで日々の疲れを癒されています。



Nさん

### ～まりもサテライト～



Yさん

Yさんの趣味は野球観戦です。  
プロ野球の「ソフトバンクホークス」のファンでありプロ野球開幕を楽しみに待たれています。  
実際に福岡ドームで観戦される程のファンであり、チームが勝利することが本人にとっての喜びになっています。

## 体育支援の様子を紹介します。

松山福祉園では皆さんの健康維持やリラックスを目的として作業後に体育支援を実施しています。園舎の周り、約150メートルを10周程歩かれています。また雨天時は多目的室でストレッチや腹筋、腕立て伏せなど取り組まれています。

これからも健康で今以上に楽しく生活できるように体育支援を頑張っていくましようね。



## 3月 行事



- 1日(水) 全員朝礼
- 4日(土) 作業休み  
勇気の会
- 5日(日) 作業休み
- 10日(金) 工賃支払日
- 11日(土) 作業休み
- 12日(日) 作業休み

- 18日(土) 一日作業  
健康診断
- 19日(日) 作業休み
- 21日(火) 春分の日  
作業休み
- 25日(土) 作業休み
- 26日(日) 作業休み

		令和5年3月献立表					※生鮮食品については、天候等により変更になる事があります。	
		1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	5(日)		
		ご飯 みそ汁 ごぼうのそぼろ煮 カニカマ	テーブルロール あんパン ハムエッグ	お茶漬け まぐろフレーク かまぼこ	ビザトースト シュガーパン カフェオレ	ご飯 みそ汁 ししゃも ちくわ		
		たくあん わかめスープ 牛乳	わかめスープ 牛乳	煮豆 ミルミル	もも缶	昆布佃煮 ヤクルト		
		麦ごはん チキンカツ	ご飯 いわしのパン粉焼き	ご飯 エビチリ	焼きうどん しゅうまい	リクエストメニュー		
		★大根きんぴら ご飯	ポークビーンズ ご飯	しゅうまい 散らし寿司	フルーツポンチ ご飯	雑穀ご飯		
		さわらのバジルオイル焼き さつまいもの甘煮	白菜と肉団子のスープ煮 ■ひじきとツナのサラダ	青菜のなめたけ和え すまし汁 ■ひなあられ	鶏肉のからあげ ポテトサラダ	さばフライと揚げ 酢の物		
		6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)	12(日)
朝食	ご飯 みそ汁 明太子 かまぼこ 煮豆	テーブルロール レーズンパン スクランブルエッグ パンクンスープ コーヒー	ご飯 赤だし ししゃも ソーセージ はりはり漬け ヤクルト	テーブルロール ココアメロンパン スパソテー	ご飯 みそ汁 ごぼうのそぼろ煮 じゃこ天	ツナロール ジャムパン コーンスープ バイン缶 ジョア	ご飯 赤だし 塩さば ウィンナー たくあん 海苔の佃煮	
昼食	ハヤシライス シーザーサラダ 牛乳 りんご	ひじきごはん 雷汁 さけの幽庵焼き ■酢みそ和え	三色丼 ほうれん草の和え物 すまし汁	ご飯 沢煮わん さわらのごま焼き ★キャベツとツナのゆかり和え	ご飯 ポークピカタ かぶの梅肉和え	わかめごはん 肉うどん 酢の物	セレクトメニュー	
夕食	ご飯 かぼちゃコロッケ 炒り豆腐	ご飯 ホイコーロー 切り干し大根のサラダ	ご飯 さばのカレーしょうゆ焼き 三色和え	ご飯 鶏肉の酢煮 海藻サラダ	ご飯 さけのマヨネーズ焼き ほうれん草の白和え	えびピラフ ロール白菜トマト風味 コンソメスープ	ご飯 ★高野の肉詰め 糸こんにゃくのチャブチェ	
	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)	19(日)	
朝食	ごはん みそ汁 厚焼き玉子 塩サケ 昆布巻き	テーブルロール メロンパン オムレツ	ご飯 みそ汁 まぐろフレーク ちくわ 小魚佃煮 ヤクルト	テーブルロール チョコフラワー 野菜ソテー チーズ ポタージュ コーヒー	ご飯 みそ汁 ししゃも カニカマ べったら漬	テーブルロール クリームフラワー オムレツ ジョア	お茶漬け 厚焼き玉子 野菜天 白菜漬 豆乳飲料	
昼食	ご飯 大根サラダ	ご飯 かきたま汁 さわらのみそ焼き 卵の花	ツナマヨパン ホットドック ポークビーンズ コンソメスープ りんご	ご飯 鶏肉の香草パン粉焼き マカロニサラダ	ご飯 鮭なめし 春キャベツと豚肉の炒め物	ご飯 ■いちご エビフライとイカリングとオムレツソース 大根のそぼろ煮	肉そば ちくわの磯辺揚げ 青菜のお浸し	
夕食	ご飯 さばのしょうが煮 鶏肉とかぶのガリバタしょうゆ焼き	ご飯 鶏肉のカレー風味揚げ ツナサラダ	ご飯 煮豚 れんこんサラダ	ご飯 肉団子のからめ煮 白菜のごま和え	ご飯 さけのチーズ焼き 小松菜とツナの和え物	ご飯 豚肉とキムチ炒め 甘酢きくらげ	ご飯 ★たらのカレーあんかけ ジャーマンポテト	
	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)	26(日)	
朝食	ご飯 みそ汁 塩さば かまぼこ たくあん 味付けのり	テーブルロール セサミロール 目玉焼き コーンスープ レモンティー	ご飯 みそ汁 ウィンナー 高野煮 昆布佃煮 ぶりかけ	テーブルロール シュガーパン スパソテー コーンスープ カフェオレ	ご飯 赤だし ソーセージ 小魚佃煮 べったら漬 ヤクルト	フレンチトースト レーズンパン コーヒー ヨーグルト	ご飯 みそ汁 厚焼き玉子 さつま揚げ きんとき煮豆 ミルミル	
昼食	ご飯 ささみフライ 糸こんにゃくの玉子とじ	麦ごはん さわらのねぎソースかけ 豚バラれんこん	ご飯 豚肉の生姜焼き ★キャベツのじゃこ炒めかけ	ご飯 ぶりの照り焼きと大根おろし 青菜ときのこの磯辺和え	ご飯 ミートスパゲッティ 盛りサラダ	ご飯 けんちん汁 さばの塩焼きと大根おろし 青菜ときのこの磯辺和え	チャーハン 肉団子 わかめスープ	
夕食	ご飯 マーボー豆腐 明石焼き	ご飯 チキンバーグ ごぼうサラダ	ご飯 あじの南蛮漬 肉じゃが	ご飯 ポテトオムレツ ■春キャベツのごま和え	ご飯 ディナープレート	ご飯 ビーフシチュー 白菜の塩昆布和え	■たい飯 すまし汁 ぎざい豆腐 和え物	
	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)	31(金)			
朝食	ご飯 みそ汁 まぐろフレーク ちくわ たくあん	テーブルロール クロワッサン オムレツ ミルクポトフ パナナ	ご飯 みそ汁 いわし佃煮 かまぼこ 白菜漬 納豆	テーブルロール あんパン 野菜ソテー コンソメスープ コーヒー	ご飯 赤だし ソーセージ 小魚佃煮 べったら漬 ヤクルト	5日(星) リクエストメニュー マカロニグラタン・フレンチサラダ・わかめスープ 12日(星) セレクトメニュー		
昼食	ご飯 白菜サラダ	ご飯 スクエアハンバーグ フレンチサラダ	ルーローハン 餃子 中華スープ	ご飯 すまし汁 チキン南蛮漬 もやしのごま和え	ポークカレー かいわれサラダ 野菜ジュース ヨーグルト	ごはん+ (白身フライ・ささみフライ・コロッケ)・スパサラダ・たまごスープ 24日(夕) ディナープレート 炊き込みご飯・天ぷら盛り・筑前煮・にゅうめん・茶碗蒸し		
夕食	ご飯 ぶり大根 大豆サラダ	ご飯 カレーピラフ ほうれん草のキッシュ コーヒーゼリー	ご飯 たらものムニエル 青菜のお浸し	麦ご飯 ずき焼き風煮物 長いものわさびしょうゆ和え	ご飯 エビマヨ 高野豆腐の五目煮			