

のぞみ便り

リクエスト企画第二弾！

6月号

雨の日のお洗濯、どうしてる？



今月の特集はのぞみ便り3月号から募集している、リクエストページ第2弾です。梅雨の時期にちなんで、皆さんからお聞きしたお洗濯にまつわる暮らしの知恵をご紹介します♪
表紙の写真は、ブルーリボンのコーヒー染めで描かれた「アジサイ」です。刺繍やビーズ、葉っぱに見立てた布を縫い付けて鮮やかに仕上げています。この作品は、2014年に「yogiyogi」さんにてイベントをしたときに作成しました。機会があればぜひ見に来てください！

暮らしの知恵～梅雨の洗濯編～



リクエストページ第2弾は、「梅雨時期の洗濯」についてです！
「雨で外に洗濯物が干せない時に、みんなどうしてるんだろう？」「良い案はないかな？」という質問をいただきました。部屋干しだと洗濯物がなかなか乾かなかったり、臭いが気になったり…。そんな悩みにお答えし、いろいろな方に洗濯の工夫についてお聞きしてみました♪



雨の日の洗濯、こうしてます！

丈夫な突っ張り棒を竿代わりにして、部屋に干しています

洗剤や柔軟剤を部屋干し用の物に変えて使っています♪

部屋にロープを張って干しています！



近くにあるコインランドリーで乾燥までやってしまいます！

自立するたこ足ハンガーが便利ですよ～♪

浴室乾燥機などを使って風を当てて乾かしています♪



ベランダに取り付ける、簡易的なひさし（雨除けシート）が売ってるって聞きました！

洗濯物に扇風機を当ててます！

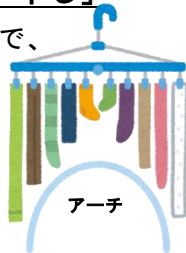
天気予報をしっかりチェックして雨の日は、なるべく洗濯しないようにしてます！



「逆に教えてほしい！」という方が多数おられたので、調べてみました！

① 干し方のコツ！「アーチ干し」

干し方を少し工夫することで、乾くまでの時間を短縮！
両端に長い衣類、中央に向かって短い衣類を干すと風が通りやすいですよ♪



② 干し方のコツ！「干す間隔を空ける」

ハンガーを使って干す場合は、少なくともこぶし1個分は離して、空気の通り道をできるだけ増やすと乾きやすいですよ♪

知ってる？「洗濯指数」

「洗濯指数」とは、天気や気温などの予測から計算した「洗濯物の乾きやすさ」を表しています。「大変よく乾く」「よく乾く」なら、厚手の洗濯物も短時間で乾く気象条件です。

インターネットを使える方は「tenki.jp」を検索してみてください♪

『ちょっとお出かけ大作戦！』

サフラン手織り・手漉き紙作品展開催



2021.6/18(金)~24(木)
11:00~17:00
(初日は12:00から・最終日は16:00まで)

※ご来場の折はマスク着用をお願いします

スペース草

〒560-0003 豊中市東豊中町4-1-13
TEL+FAX:06-6853-0474

- ・北大阪急行「桃山台駅」4番のりば
- ・阪急「豊中駅」2番のりば 10・45、3番のりば 35・30ともにバスで10分「東豊中団地前」下車



- ☆Tシャツ50枚 (こどもサイズ~3Lサイズまで)
 - ☆社協職員さん考案 「サモックス(靴下)」40セット
 - ☆ポーチ ☆カバン ☆アクセサリ
- などなど、新作が続々と登場!!!

お出かけ大作戦！って???

外出や人に会うことを控えるなど、長く続く自粛生活の中、サフランでは「どうしたらストレス発散の機会がもてるだろう?」「安全に実施できる企画は何だろう?」とみんなで模索しました。そして、状況に応じて、長らく中止していたレクリエーションを再開!少人数で複数回開催し、「ちょっとお出かけ大作戦!」と称して近隣へ。ちょっとお出かけするだけで、こんなにも気分はちがうんだ!!!そんなサフランの集大成が個展「ちょっとお出かけ大作戦!」にまるっと詰まっています。みなさんもちょっとお出かけの際、サフラングッズを身に着けてはどうでしょう?気分が少し変わるかも・・・?

※ご来場につきましては、くれぐれもご無理のないようにお願いします。
「サフラン個展するんだね!」と頭の片隅に覚えていただけるだけでも幸いです。

のぞみ共同作業所

就労移行支援・生活介護

2019年4月より就労移行支援事業と生活介護事業の多機能型事業所として活動しています。就労移行支援事業では、生産活動やプログラム活動を提供し、お一人お一人の利用者の希望する就労が実現できるよう支援しています。生活介護事業でも、多種多様なプログラムを準備して、まずは一歩踏み出すためのお手伝いをしたいと考えています。

月～金 9時～18時

電話・FAX：06(6338)1401（就労移行） / 06(6310)0345（生活介護）



この時期はいつも布団に悩みます。夜寝る時に暑いので薄手の布団にすると、朝が寒いです。



最近の
就労移行

★生活介護と一緒に活動しています★

多機能型事業所の特性を活かし、今年度も就労移行と生活介護との交流を続けながら様々な機会を利用者の皆さんに提供できればと考えています。4月から、就労移行支援の訓練メニューの一つである生産活動に生活介護の皆さんが参加され、ボルト、手ぬぐい、たれシール貼りなどの作業に就労移行支援の利用者と一緒に取り組んでいます。話し合いながら作業を進め、協力して製品を完成させています。これらの取り組みが色々な人と関わるきっかけになり、それぞれの「働く」につながればと思います。今後も継続して取り組んでいきます。

ちょっとおしゃれな時間♪

ランチ&アフタヌーンティー

3つの選択肢から好きなプログラムを選ぶ「選択プログラム」を行いました。当初は、「ソフトボール」も選択肢の一つでしたが、緊急事態宣言が出たため実施できず。「ランチ」では、ロールパンに具材を挟んで手作りサンドを作り、「アフタヌーンティー」では、ドリップコーヒーや紅茶、お菓子をいただきました。BGMにもこだわり、貴族が聴くような音楽や、コーヒーにちなんだ曲を聴きながら優雅なひと時を過ごしました♪

参加されたメンバーさんの感想

ロールサンドを作って食べました。ハムとレタスとスクランブルエッグを挟みました。おいしく頂きました！



ゆったりと過ごす時間は誰にでも必要ではないでしょうか？メリハリのついた時間を過ごしたいです。



ランチ：ロールパンサンド



優雅なティータイム

たまにはまったり、ホッと一息♪



最近の
生活介護

見学、相談など、いつでも受け付けておりますので、ご興味のある方はご連絡ください。

ご家族の方、支援者の方のみの見学も大歓迎です。お気軽にお問い合わせください。

●就労移行 Tel/Fax 06-6338-1401

●生活介護 Tel/Fax 06-6310-0345

のぞみ工作所

自立訓練（生活訓練）

利用期限（標準2年）がある通過型事業所です。家から出て誰かと過ごす練習をした
い方、退院したばかりで街で暮らす自信がない方、就労したいけど体力や生活リズム
に不安がある方などいろんな方が利用されています。訪問しての支援も行います。

事業所とリサイクルショップ（物品募集しています！）の開所日・開所時間
月～金（土日祝日は休み） 9時～17時 / 電話・FAX：06(6319)3861



のぞみ SHOP 大特集！！

今回は工作所のリサイクルショップでの、メンバーさんのイチオシ商品や、
おすすめのコーナーなど、お得なニュースを紹介させて頂きます！近くまで
お越しの際はどうぞお立ち寄りください♪



メンバーさんのイチオシの品！



①レトロなお鍋 ¥500-

②水たてコーヒー器 ¥300-

③冷茶器セット ¥400-

④コーヒーメーカー ¥2,500-

⑤TEDぬいぐるみ ¥300-

⑥ビールサーバー ¥250-

形と青い花模様が
レトロでおしゃれです！

美味しいアイスコーヒーで普段と
違うひと時をお楽しみください♪

これからの季節、冷たいお茶を
淹れるのにオススメです！

コーヒー通にどうぞ…！

生意気だけど憎めない奴です。

これからの季節に活躍しますよ！

春・夏服、強化中！



季節に合わせて、春夏の衣服類を強化し
ています！お値段は10～300円程度。もし
かすると掘り出し物が見つかるかも！

のりコーナー、 充実してます！



メンバーさんがプロデュースしている
“のりコーナー”では、10円、30円、50
円の食器類を取り揃えています。小皿から
大皿まで幅広く扱っていますよ！

物品提供・募集しています

のぞみ SHOP では、季節にあった衣服、日用品雑貨などの物品提供を募集しています。
ご自宅が使わなくなった物品がありましたら、06-6319-3861 までご連絡下さい。
(使用済みの食器類、季節外の衣類はお断りさせて頂く場合がございます。ご了承下さい)

ブルーリボン

- 生活介護 -



事業説明 　こころの病を抱える人たちのふれあいの場です。
喫茶店、コーヒー染め、すいたんのおやつ作り、医師や看護師との勉強会などなど。思い描く地域生活を実現していくことを応援します！

月～金(土日祝日は休み) 9時～17時／電話・FAX：06(6337)4433



～防災ワークショップ～

☆初挑戦！リモートで行いました～！☆



少し前(4月末)に、きらめきとブルーリボン合同で防災ワークショップを行いました～！毎年行っており、五月が丘の防災委員さんも参加していただき、講義やクイズなどを通してみんなで防災に関する勉強をしました。今回はコロナ禍ということで、初の試みであるリモートでのワークショップでした！(写真だと分かりづらいかな…(´Д`))きらめきとブルーリボンをインターネットで繋ぎ、初めてのことだったので驚きと新鮮さでいっぱいでした(笑)クイズがメインだったのですが、「マグニチュードと震度の違いは?」「実はガソリンスタンドは想像以上に頑丈で安全」「災害と言えば何を想像する?」などなど…みんなで意見を出し合って協力しながら楽しく考える時間を過ごしました♪一時間ちょっとのワークショップでしたが「日本って地震が本当に多いんだな」「しっかり防災意識を持たないとな」な色々な感想もいただきました。コロナだったり災害のことだったり今後も不安は尽きないかと思われませんが、しっかりと正しい知識を身に付け、正しい行動をとっていけるように日々意識していきたいと思います(˘)/

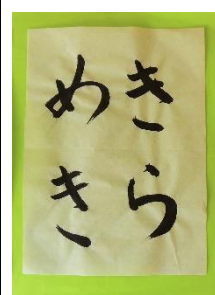


きらめき

生活介護

きらめきではサロン活動が中心です。ここに来れば誰かいる…人との繋がりの中で生活の楽しみを感じ、自分のペースでゆっくりと過ごしてください。(月)昼食会、(水)(金)夕食会と食事会は週3回、そのほかには健康面に着目したプログラムや、楽しいプログラムも実施しています。プログラムは自由参加です。

月～金(土日祝日は休み) 10時～18時/電話・FAX: 06(6385)2713



メンバーさん書



身体的なご病気で入院されているメンバーさんの回復を祈り、きらめきのみんなで千羽鶴を折っています。

千羽まではまだかかりそうですが、空き時間に少しずつ折り、現在すでに200羽を超えてきました。

コロナ禍で見舞いにも行けないですが、「元気があったかな」「早く戻ってきてほしい」「いないと困るわー」など話しながら、コツコツ進めています。

元気に回復しますように！！

緊急事態宣言下のGWをどう過ごしていたか、きらめきメンバーさんに聞きました。

☆家にいました。いつも通りじーっと静かに過ごしていました。

☆連休初日はお腹が痛くて大変だった。次の日には痛みはおさまり、なんとかなりました。散歩したり、板に油性マーカーで絵を描いたり、充実した休日でした。

☆ずっと家にいました。帰省してきた家族と話したり、ゲームやyoutubeなどを楽しんでいました。ずっと家にいたことで体が弱った感じがあり、今きらめきに来るのが少ししんどいです。

☆早寝早起きは心がけながら、午前中は音楽、午後からはゲームをして過ごしました。スーパーも人が多く感染の不安があるので行かず、ゴミ捨てと洗濯以外はずっと家にいました。

サフラン

就労継続支援B型



サフランは、「働くことを練習したい」という方から「作業をしながら生活のリズムをつけたい」「病気と付き合いながら楽しく暮らしていきたい」という方まで、いろいろな気持ちにこたえたいと考えています。作業はお弁当作りや配達、事務作業、紙すきなどです。

開所：月～金 9時～17時（土日祝休み）電話・FAX06（6873）2178

『HACCP』てなんだ？！

勉強会しました！



「HACCP（ハサップ）」は衛生管理の国際的な手法で、6月から日本の食品製造施設でも「HACCP」の導入が義務化されます。お客様の健康を第一に営業を行うことを社訓などで明確にすることになっており、勉強会では「社訓を作ろうぜ！！サフラン弁当のいいところ・大切にしていること」について話し合いました。「おいしい！」「安い！」「近隣は1食から配達！」「季節の野菜がたくさん入ってる」「てづくり！」「食べている人だけでなく作っている人も幸せな気持ちになる」など沢山の意見ができましたよ。また、一週間かけて栄養士より、食中毒について毎日ワンポイントレッスンも受けました。

🌸サフラン個展「ちょっとお出かけ大作戦！」🌸

6月18日(木)～24日(木)11:00～17:00
(初日は12:00から・最終日は16:00まで)
スペース草にて(豊中市東豊中町4-1-13)
※ご来場の際はマスク着用をお願いします。

いよいよ
開催！



ブログのお知らせ

毎週月・水・金に更新しています。美味しいお弁当の裏側も見る事ができるよ！

北千里 サフラン

で検索してね！



～6月の予定～



4日(金) 映画上映会

11日(金) メンバーミーティング・連絡会

18日(金)～24日(木) サフラン個展「ちょっとお出かけ大作戦！」開催

21日(月) 健康プログラム

25日(金) BRケーキ販売・大掃除

5日(土) 12日(土) 個展準備のための作業日



<つぶやき> 5月は毎週のように土曜日を開所しました。普段はバタバタする中での創作活動ですが、ゆったりと取り組みます。集中していくにつれて、しーんとした世界が広がります。

セルフヘルプグループ

HOPE

日時：6月19日（第3土曜日）

時間：13：30～16：00

場所：内本町コミセン 4階 創作室

待ち合わせ時間：13：30

待ち合わせ場所：コミセンロビー

内容：梅雨時の過ごし方、コロナ感染の予防法など

新型コロナの状況により中止になる可能性あり

★HOPEは当事者による当事者のためのグループです。

セルフヘルプグループとは… 同じような生きづらい体験を抱える人が集まり、対等なコミュニケーションを通して体験を分かち合うネットワークのことです。「HOPE」では同じ心の病をもつ者同士が、月一回場所を決めて集まっています。分かち合いの場で話されたことを他の場所で話したりしないという原則のグループです。



6月の予定

のぞみ共同作業所	就労移行支援、生活介護事業共に連絡会、各プログラムのオープン開催は未定となっております。	
のぞみ工作所	連絡会やオープンプログラムの再開については未定です。	
ブルーリボン・きらめき	2日(水)	連絡会(リモート) 詳細はブルーリボン・きらめきまで
サフラン	11日(金)	連絡会・ミーティング 場所: サフラン ※サフラン利用者職員のみ参加
	18日(金)～24日(木)	サフラン手すき紙・織り個展 場所: スペース草

開催にあたっては感染症対策をしっかりと行った上で臨んでおります。しかし、感染予防のため、以下の点についてご協力とご理解をお願い申し上げます。

- ・ 当日の参加にあたってはマスク着用、入室前の消毒、検温にご協力ください。
- ・ 体調等が優れない方は参加をお控えください。
- ・ 密な状態を回避するために人数制限を設ける可能性があります。
- ・ 今後のコロナの状況において中止とさせていただきます場合があります。

予定記載がない事業所においては広い場所の確保が見込めずに十分な感染予防策がとれないため、プログラムの再開は引き続き中止とさせていただきます。

再開時期につきましては未定であり、通所していただく方たちの安全と安心を確保するためご理解賜りますようお願い申し上げます。



のぞみ家族会の皆さま



汗ばむ日差しや肌寒い日が繰り返していますが、皆さま、体調などお変わりありませんか。

ご報告

令和3年度 第33回「のぞみ家族会総会」は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止し、議案については書面での議決とさせていただきます。

現在の会員数53名のうち、同意書を41通頂きました。のぞみ家族会会則第4章第19条により、過半数に達しておりますので、議案は議決とさせていただきます。皆さまご協力ありがとうございました。昨年度はお会いする機会を持つことができませんでしたが、今年度は皆さまにお会いできる機会を作れないか検討してまいります。

お知らせ

大家連精神保健福祉講座②

日時	2021年7月24日(土) 13:30~16:00(13:00開場)
場所	エル・大阪 本館6階 大会議室
テーマ	8050問題を考える
講師	ジャーナリスト・ KHJ 全国ひきこもり家族会連合会 理事 池上正樹氏
申し込み	6月26日(土)申し込み開始 7月10日(土)締め切り
備考	・申し込みはFAXのみ 06-6945-6135 ・専用の申込用紙があります。お持ちでない方はお問合せ下さい。TEL:06-6941-5797 ・資料代として100円~300円必要な場合あり



役員より：
今後の活動については、
またのぞみ便りでお知らせしてまいります。



<ボランティア情報>**「アムール」**

～ ♡ あじさい ♡ ～



- ♡ みなさん お元気ですか～！！
 今年も新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、アムールの総会を書面総会に
 させていただきました。結果、みなさんのご協力のもと、議案は可決しました。
 本当にありがとうございました。令和3年も、前を向いて前進あるのみです。
 どうぞよろしくお願いいたします。

※ この度、アムール副代表に渡辺優子氏が参加していただくことになりました。
 感謝です。令和3年度新しい役員でよろしくお願いいたします。 ※

- ☆ 定例会 6/7(月) 13:30～15:00 総合福祉会館
- ☆ お知らせ 6/8(火) アムールサロン(シード) 13:00～
 6/9(水) サフカフェプレミアム(サフラン) 中止
 各施設連絡会に出席

♡ **アムール定例会** ♡

毎月第1月曜日 13:30～15:00 総合福祉会館
 どなたでも参加していただける会です。各施設の情報・行事予定など、
 お茶をいただきながら交流も深めたいと思っています。
 ご参加お待ちしております。

お 知 ら せ

就労移行支援事業 <u>のぞみ共同作業所</u> 各プログラム 中止	就労継続支援事業(B型) <u>サフラン</u> 各プログラム 中止
自立訓練(生活訓練)事業 <u>のぞみ工作所(のぞみSHOP)</u> 各プログラム 中止	生活介護事業 <u>ブルーリボン・きらめき</u> 各プログラム 中止

※都合により中止になる事もあるかもしれませんので、ご確認下さい。
 ※お手伝いして下さる方、内容についてくわしくお知りになりたい方、
 お問い合わせ下さい 窓口 090-4279-5787・6876-1441

梅雨（夏への扉）

六月です
今月の花はあじさいです

その土地、その土地で
美しくきれいに咲きます

日差しが少ないこの季節にけなげです

美しくきれいといえ

ば
ジューンブライド（六月の花嫁）です

幸福を呼ぶとか幸せになるとか
聞いたことがあります

雨の多い六月は

とにかく鬱陶しいもの

でもあなたしか思いつかない

梅雨もあるはず？

あなたも、ちよつとしんどい

梅雨前線にまけないで

夏への扉 静かに開けましょう

いじりみどり



<編集後記>

今年は5月半ばに梅雨入りしました。くう～、早い!!! 雨や風が強いことも多かったですね。風のせいで洗濯物がベランダに散らばることもしばしば。お隣さんのベランダに滑り込むこともたまーに。実家は雨がよく降る地域のため、部屋干しをよくしていましたが、手伝ったことのない自分には知識や経験は全くなく。今月号ののぞみ便りを機に、挑戦してみるのもいいかもしれない! と前向きに考えています。暮らしの知恵、また分けてもらえるとうれしいなあ。そして、今月はいよいよサフラン個展が開催されます。こうした時期でもありますから、ご来場は無理のない範囲で。来られた際には存分に楽しんでいただけたらと思います。

それではそれでは。

追伸 こまめな水分補給を。

(サフラン くりた)

社会福祉法人のぞみ福祉会

●法人事務局		泉町 5-9-6 (「のぞみ共同作業所」内)	
●のぞみ共同作業所	就労移行支援 生活介護	泉町 5-9-6 (2階) 泉町 5-9-3-202	TEL/FAX 6338-1401 TEL/FAX 6310-0345
●のぞみ工作所 (のぞみSHOP)	自立訓練 (生活訓練)	高浜町 6-6	TEL/FAX 6319-3861
●サフラン	就労継続支援B型	青山台 2-1-9	TEL/FAX 6873-2178
●ブルーリボン きらめき	生活介護	佐竹台 4-11-15 五月が丘南 9-10	TEL/FAX 6337-4433 TEL/FAX 6385-2713
●シード	・指定特定相談支援事業 ・指定障がい児相談支援事業 ・指定一般相談支援事業 (地域移行)	泉町 5-9-6 (1階)	TEL 6190-6694 FAX 6190-6695
●エスペランサ	グループホーム	エスペランサ、エスペランササテライト ピオラのぞみ、ピオラのぞみサテライト プレジールのぞみ、よつば荘	