



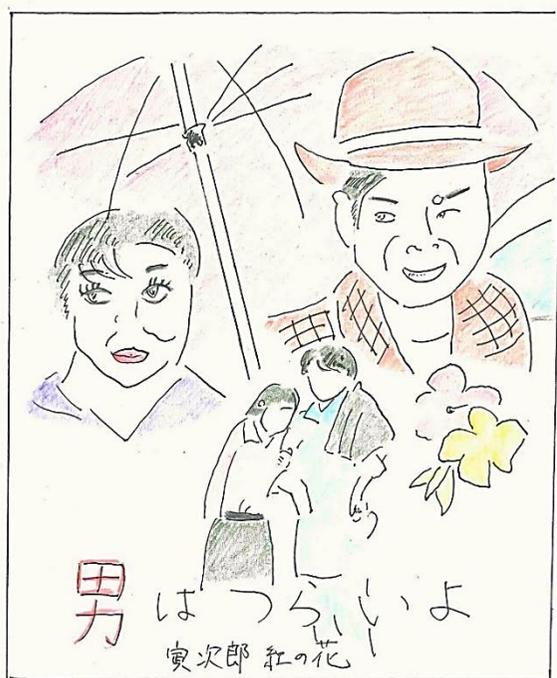
カラー版は  
こちら!!

# のぞみ便り

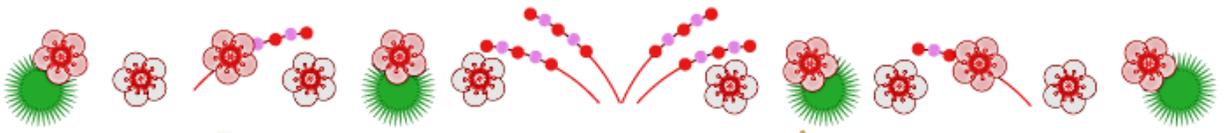
1月号

2024年です!

あけましておめでとうございます!



新しい年がやってきました。みなさま、本年もどうぞよろしくお願ひいたします。2024年  
はじめての表紙は、きらめきのメンバーさんに描いていただきました。「お正月と言えば寅さん」  
と自由な発想で絵を描いてくださった方、色付けは難しいと思っていたけど色をつけてくださ  
った方、お二人に描いて頂きました。ありがとうございます!そしてトップ記事では、新年のご  
挨拶をさせていただきます。どうぞ最後までご覧ください。



# あけまして おめでとうございます

# 2024



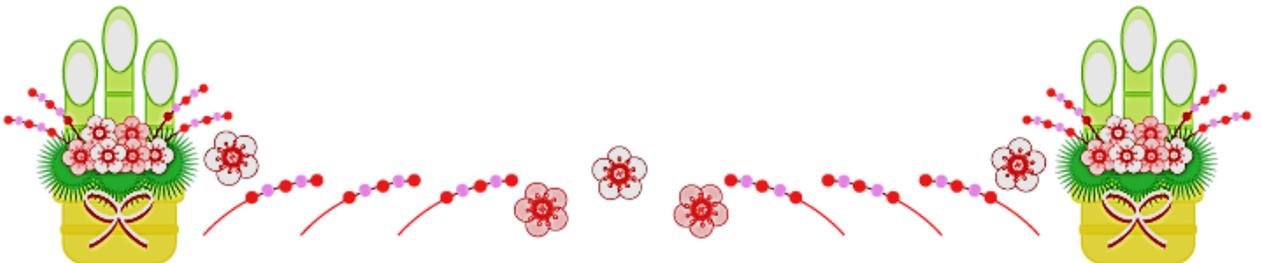
素敵な1年になりますように…！  
今年もよろしくお願いいたします。

理事長の山口宗寛より  
新年のご挨拶をさせていただきます。



新年あけましておめでとうございます。  
のぞみ福祉会は昨年4月に事業再編を実施し、就労継続支援B型事業所1か所・生活介護事業所3か所・グループホーム3か所・相談支援事業所での活動を行ってまいりました。より効率的で質の高い事業運営を目指し奮闘しているところです。  
本年も社会福祉法人として、地域に必要とされる活動を提供してまいります。  
今後も地域のみなさまの身近な存在として応援していただけるよう、職員一同努力して参ります。  
本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

社会福祉法人のぞみ福祉会 理事長 山口宗寛



久しぶりにのぞみ大集合！

# のぞみ合同ポッチャ大会 開催しました！！



全部で  
8チームも！

コロナ禍以降、利用者さんから「他の事業所と交流したい！」という声を聞かせていただく機会が増え、のぞみスクラム会（※）で色々な企画を考えた結果、千里山コミュニティーセンターでの「のぞみ合同ポッチャ大会」が12月に実現しました！

利用者さんやスタッフ、ボランティア、前理事長の平形さんや第三者委員の中西さんなど、総勢50名の方が参加され、各所チーム対抗での試合が大盛り上がり！試合はもちろん、声援や応援グッズを取り入れての応援にも力が入り、のぞみ全体での交流が深まりました！久しぶりにみんなで集まることができ、あっという間の楽しい時間でした♪

## 上位3チーム

1位：7点

ブルーリボン②

2位：6点

ブルーリボン③

3位：4点

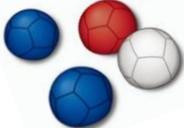
サフラン①

サフラン②

共同作業所①

おめでとう！

※のぞみスクラム会とは …各所から集まった比較的若手スタッフチームです



参加者の感想



- たのしかったです。
- 今回は応援で参加しました。とても楽しかったです。盛り上がりましたよね。次は試合に参加したいと思います。
- ポッチャ大会に初めて参加させてもらってすごく楽しかったです。またこういう機会があればうれしいです。みんなとわいわい楽しかったです。
- コロナ禍が収束して、みんなで集まれて良かったです。初めて開会宣言をして応援グッズ制作もして、記念の日になりました。

「みんなで〇〇がしたい！」など、ぜひお近くのスタッフにお聞かせください♪ 3

# のぞみ共同作業所

生活介護



この冬は暖冬のように  
すね。ありがたいですが  
手袋とニット帽で防寒  
する冬も実は好きです。

「安心して通える」「来ると元気になる」「やりたいことが見つかる」「興味を持ったことに取り組める環境がある」「利用者の声から始める」ということを大切にしています。多種多様なプログラムを準備し、みなさんが一歩踏み出すためのお手伝いをしたいと考えています。

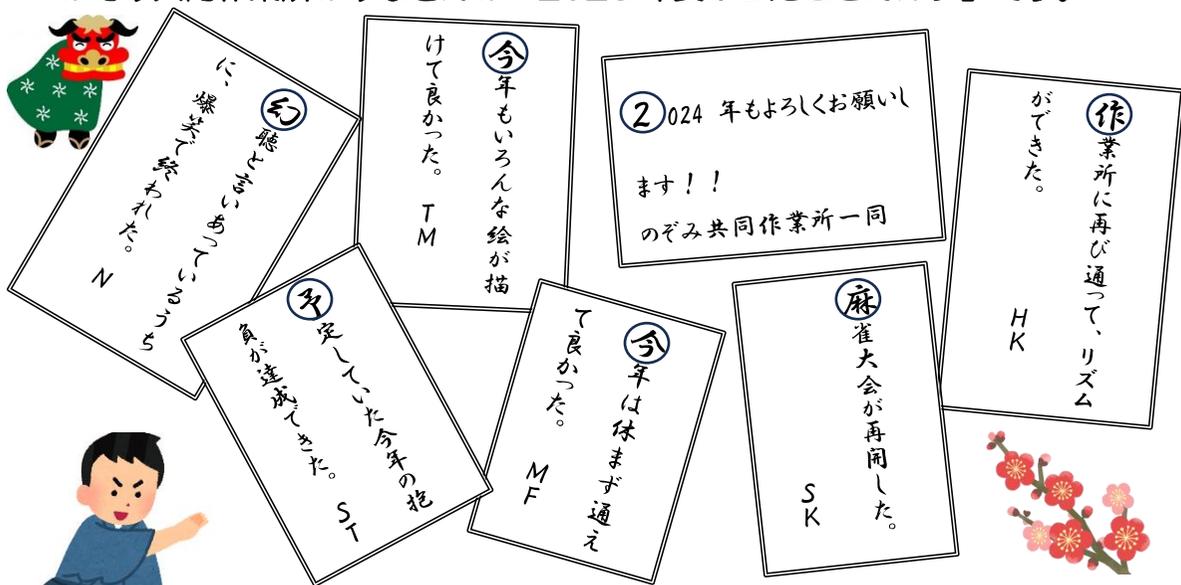
月～金 9時～18時

電話：06(6310)0345 (FAXは休止中です)



## 2023年もいろいろありました。

～のぞみ共同作業所のみなさんの「2023年良かったことカルタ」です。～



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也大歓迎です。お気軽にお問い合わせください。

Tel 06-6310-0345

# ブルーリボン

- 生活介護 -



事業説明 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、朗読、チャンゴ演奏、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

## 高齢者・障がい者支援部会ボッチャ大会 優勝!!

12月に亥子谷コミュニティセンターにて行われた  
ボッチャ大会に参加しました!  
人数の都合上、ヒューマン工房の方々との  
合同チームとなり、激戦の末に優勝を果たしました!

参加されたメンバーさんの声☆

優勝のためにおちついて投球したら、願いが本当になんてうれしいです。感謝いたします。

Aさん

第一回目の開催で優勝できてよかったです。初めて会う人と対戦したりと、新鮮な感覚で貴重な経験ができました。

Sさん



賞状  
貴チームは高齢者障がい者  
支援部会ボッチャ大会に  
おいて優秀な成績を  
おさめられたので  
これを賞します。  
令和五年十二月七日  
亥子谷コミュニティ協議会  
高齢者障がい者支援部会

明けまして  
おめでとう  
ございます

昨年11月の喫茶を再開後、たくさんの方にご来店いただき  
ありがとうございました!今年もどうぞよろしくお願いたします♪

1月の喫茶オープン日

5日(金)、9日(火)、16日(火)、19日(金)、23日(火)、26日(金)、30日(火)

# 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。食事は週3回(月)昼食会、(水)(金)夕食会と、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) 9時30分～17時 / 電話・FAX: 06(6385)2713



施設入所がそろそろ視野に入るかなあ… 神谷



絵をもっとカラフルに！虹色やハートを取り入れて描いていく。 S.A

来年のことはその時になってみないとわかりません。鬼が笑うのが嫌です。 猫



新たな楽器に挑戦したい。エレキギター、ベースが弾けるようになりたい。 H.T

2024年はボランティア活動をやってみようかと思っています。P.Nロードオブザジャパン

年男だから、いい年になってほしい。 S

2024年は、楽しめることを増やしたい。 S.M



絵をたくさんかいて、キャラクター増やしたい。楽しく！ Y♡S



2024年に向けて  
メンバーさんの抱負などを聞かせて頂きました。



頑張りすぎないこと！！ F.K



とにかくみんなマイペースで元気元気なこと みどり

未来は誰にもわからない Suu

楽しくきらめきに通所したい M.T



出来るだけ活動的にいきたい 渡邊



現状が2～3時間程度しか外出できないので、5～6時間外出できたら良いのになあ。映画を観たい。 A.Y

出来ることを増やしてこれから先の人生にいい影響をもたらす一年にしたい。

現状維持で Y.K

元気で健康に毎日暮らしたい S.K

# 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

あけましておめでとうございます。

2024年、楽しみにしていることや抱負を伺いました（＾＾）

- ・ **健康第一** ・ **世界平和** ・ **筋肉をつけたい**（筋肉量を増やしたい）
- ・ **人と気持ちよくつながりたい** ・ **去年よりもアクティブに**
- ・ **お客様に喜んでもらえるような作品を作りたい** ・ **城崎温泉に行きたい**
- ・ **病気を治したいです。作業を頑張ります。そして健康第一（ゴリさん）、**
- ・ **もっと病気が治って元気に過ごしたい。明るい1年にしたい**（じゅんこ）
- ・ **体重を5kg減らしたい**（M.T）



皆様にとって素敵な一年となりますように...！  
今年もサフランで楽しい思い出たくさん作りましょう ✨

## ・1月の予定

9日（月）からお弁当販売を行います。

今年もよろしくお願ひいたします。



## ・ジーンズ回収のお願い

サフランではジーンズを使って作品作りをしています！

もしご家庭に履かなくなったジーンズがあれば

洗濯をしたうえで寄付していただくと大変助かります。

ぜひご協力ください！

お問い合わせはサフランまでよろしくお願ひします！

## ブログのおしらせ

毎週月・水・金に更新

**北千里 サフラン**

で検索してね！

## Instagram

**saffron\_1995**

で検索してね！

QR コード

はこちら→



2023年初めてサフランの皆さんと出会い、今こうしてここで働かせてもらっていること、とても嬉しく思っています。今年も色々なお話聞かせてください！（新人職員 篠原）



## のぞみゼミ～のゼミ Vol.83



前回に引き続き、自律神経のお話と、  
それに関連する「神経機能と精神機能」のお話を  
聞かせていただきました。

神経機能(居場所が心地よいなあ、と肌身で感じる感覚)から生成されて出現して  
くるのが精神機能

☆5つの精神機能→視覚、聴覚、味、嗅覚、触覚

《有名な感覚機能の症状：幻聴》

「それ幻聴やん～」とつい言ってしまいがちだけど、それは本当に幻聴な  
のか、そうではないのか、医者がきちんと診断する必要がある。  
実は、幻聴も「困らなかつたら症状ではない」。今もこの場で音楽が流れて  
いるが、のゼミに集中していれば聞こえない。これも幻聴の仕組み。  
騒がしい場所で自分に必要な言葉を拾って聞き取るのも、同様。



また、感覚機能の症状として…

感覚過敏：不調時には起こりやすい。光や音は過敏さが増す。味覚嗅覚は落ちる  
ことが多い。うつろいとき「何を食べても砂を噛むようだ」というのが一例。



☆これが正しい感覚だ、というのではない。人によって違うので  
はないか？

☆不憫・不幸を他者が決めたらあかん！その機能が使えなくな  
ったときに、別のやり方でどうやれるかが問われてくる。

☆自分が追い詰められず、安心して過ごせる感覚機能だった  
ら良いよね。

メンバーさんから質問が出ていました。

Q 忙しいときと、暇なときどっちがしんどいでしょうか？

A どちらも同等にしんどさはある。ただ、「しんどくなったらいかん」  
と思っていると危険。しんどいのが当たり前という感覚を持っている  
と、しんどくなってもわりとしんどくないのじゃないかな。



とにかく神経、入り口の感覚機能を丁寧にケアすることが大事なんですって。  
次回もこの続きをお話ししてくれます。

セルフヘルプグループ

# HOPE

日 時：1月13日（第2土曜日）

時 間：11：30

待ち合わせ場所：メイシアター2階 レストラン前

行き先：泉殿宮

内 容：初詣

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。



★HOPE は当事者による当事者のためのグループです。

## 1月の予定

のぞみ共同作業所	25日（木）：のぞみ便り製本作業 13時～15時 ※参加ご希望の方はご連絡ください
ブルーリボン・きらめき	12日（金）：ブルーリボン昼食会 詳細はお尋ねください。
サフラン	22日（月）：サフカフェプレミアム 15時～ ※参加ご希望の方はご連絡ください



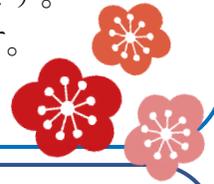
# のぞみ家族会の皆さま



新年あけましておめでとうございます。  
寒い日が続いていますがお変わりないでしょうか

12月の定例会は9名の方が参加され、近況報告や年賀状の作成を行いました。本人に対する悩みはもちろん、生活する上で困っていることなど様々な相談・話題が展開され話がつきませんでした。

また、去年は4年ぶりに交流会を開催することができ、久しぶりに皆さんにお会いすることができました。今年も毎月の定例会・4月の総会はもちろんのこと何か交流の場を設けようと考えています。気負わずふらっと顔を見せに来ていただけるとうれしいです。2024年もよろしくお願いたします。



## 1月の定例会

- ❁ 日時：2024年1月17日（水）13:30～
  - ❁ 場所：浜屋敷（吹田歴史文化まちづくりセンター）  
吹田市南高浜町6-21 ☎06-4860-9731
  - ❁ 内容：近況報告や困りごとの相談などゆったりお話しています  
どなたでもお気軽に参加ください！
- ※不明点ございましたら、サフラン 西（06-6873-2178）まで



## お知らせ～だいかれん精神保健福祉講座⑤～

日時	2月17日（土）13:30～16:00（開場13:00）	
場所	アネックスパル 法円坂(12号室) 大阪府大阪市中央 区法円坂1-1- 35	
内容	どうする医療中断 体験談から医療中断しやすい人へのサポートについて考える	
講師	後藤雅子氏・多良昌子氏・堀居努氏	
問い合わせ	FAX：06-6945-6135	
締め切り	2月9日（土）	

## 「アムール」

～♡ あけましておめでとうございます♡

### 龍



♡2024年みなさんはどんな夢を持ってこの1年をすごされますか？  
龍のごとく天へ昇って行くパワーでアムールもがんばって参りましょう！  
健康で笑顔の1年でありますように！  
本年もどうぞよろしくお願ひ致します。…♡

☆定例会 1月15日(月) 13:30~15:00 総合福祉会館  
(第2月曜日は祝日の為15日になりました)

☆お知らせ

- 1/9 (火) アムールサロン (のぞみ共同作業所) 13:30~15:00
- 1/10 (水) ボランティア連絡会ボランティア交流会(メイシアター13:30~)
- 1/22 (月) サフカフェプレミアム(サフラン)
- 1/27 (土) 吹田市社会福祉協議会福祉大会(メイシアター13:30~15:30)  
各施設連絡会に出席



**お願い** 令和6年3月9日(土)  
ハートふれあいまつりのバザー用品  
募集しています。  
よろしくお願ひ致します。

### お知らせ

生活介護事業 <u>のぞみ共同作業所</u> 25日(木): のぞみ便り製本作業 13時~15時 ※参加ご希望の方はご連絡ください	就労継続支援事業(B型) <u>サフラン</u> 22日(月): サフカフェプレミアム 15時~ (2~3名) ※参加ご希望の方はご連絡ください
生活介護事業 <u>ブルーリボン・きらめき</u> 12日(金): <u>ブルーリボン昼食会</u> 詳細はお尋ねください。	

※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。

## 新しい年へ

旧年の有象無象も  
うぞうむぞう

無しにして

ほぼ みながみな

おめでとうございませと

あいさつします

そして季節は

真冬です

行きかう人々の

ファッションも

手袋一つでもマフラー一つで

違います

冬から真冬へ

忙しさにかまかけた旧年

旧年もむだでないように

新年というくぐりを付けて

おめでとうございませと

今年もよろしく

いじり  
みどり



### <編集後記>

新年あけましておめでとうございます！今年もよろしくお祈いします。

去年は運動を始めたいなあと、ジムに通い始めました。無事に続けることができている。2024 年もなにか始めたいなあと思っているのですが、なににしようかなあ。おすすぬがあれば教えてください。

そういえば、気づけばのぞみに入職して 10 年になろうとしています。まだまだ未熟なわたしですが、いろいろと教えていただければうれしいです。今後ともよろしくお付き合ひください！（吉武）

## 社会福祉法人のぞみ福祉会

●法人事務局		〒564-0041 泉町 5-9-6	TEL/FAX 06-6338-1401
●のぞみ共同作業所	生活介護	〒564-0041 泉町 5-9-6	TEL 06-6310-0345 ※FAX は休止中です
●サフラン	就労継続支援 B 型	〒565-0875 青山台 2-1-9	TEL/FAX 06-6873-2178
●ブルーリボン	生活介護	〒565-0855 佐竹台 4-11-15	TEL/FAX 06-6337-4433
●きらめき	生活介護	〒565-0832 五月が丘南 9-10-101	TEL/FAX 06-6385-2713
●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）	〒564-0041 泉町 5-9-3-202	TEL 06-6190-6694 FAX 06-6190-6695
●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	