

# ラベンダー通信

創刊号

2010年 1月発行  
編集・発行/多機能型  
障がい者福祉サービス事業所  
ラベンダー地域支援センター  
TEL:093-922-3305  
FAX:093-922-3363



## ラベンダーのマニフェスト

ライフアンドケア株式会社  
ラベンダー地域支援センター  
所長 奥村 清隆

### 会社の経営方針～【豊かさづくり】

- 社 是  
社員の物心両面による幸福を通じて、障がいの者の幸福づくりに貢献する。
- 会社の目的  
○社員が物質的にも精神的にも、より一層の幸せを感じるような会社をつくるとともに、障がいを持っている人が、一生安心して暮らせ、生きがいを持ち、楽しく働ける場所をつくりたい。
- 職場環境の整備・雇用の維持・納税・メセナ等を通じて社会に貢献します。
- 規模の大きさよりも、中身（質）を充実させ、緩やかな安定した成長をつづけて、会社が常に輝きながら永続することに努めます。

### ■基本理念

1. 働く喜び
2. 学ぶ喜び
3. 自立する喜び

### ■私たちの行動

1. 働くことで人生の目標を持ち、生きがいをつくりたい。
2. 学ぶことで自分で出来る、新たな可能性を見つけたい。
3. みんな違う障がいを持っていることを認め、ともに助け合い、働く拠点ををつくりたい。

## 政治・経済

### ●障害者自立支援法

民主党の長妻大臣より、障がい者総合福祉法（仮称）と障がい者制度改革推進法（仮称）制度の方向が示された。

### 民主党に政権交代したけど、これからどうなるの？

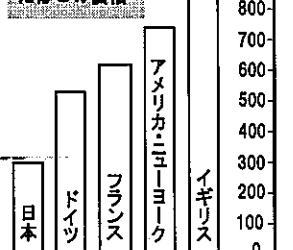
現在の障がい者にかかわる法律は「障害者自立支援法」という制度によっていろいろな事がまわっている。この法律が平成十八年に出来て、障がいの区別なく共

通のサービスを提供することによってサービスを自由に選択できるようにしたい。一方、料金的には、収入が少なくても多くても、サービス料金の割合を利用者が負担することになったので、低賃金だった無年金の障がい者にとっては一割の利用者負担がつかなくなりまし

そうしています。つまり高収入の利用者は多めに負担してもらい、低収入の利用者は少ない負担にしようと言っているのです。ただ現在の自立支援法の良い面は残しておいてほしいですね。みなさんは、どう思われますか？ 今後の民主党の改正案、どうなるのでしょうか。政治っていろいろむずかしい。だけど、ちゃんと知りたいですよ。次号につづく！

## トピックス/たばこ税、増税か？

たばこの価格



政府はまたタバコの値上げをするらしいですね。他の先進国はタバコにとても高い税金をかけているので、日本もタバコにもっと税金をかけてもいいのでは、というのが、値上げ賛成派の言い分です。

ところで、たばこに書いてある健康を損なうおそれがありますので吸いすぎに注意しましょう。などと言われている。これも、日本のものは他の国にくらべてとてもやさしい。カナダでは、「タバコ煙のあるところに青酸ガスがある」と、オーストラリア「喫煙は死因の最大部分を占める」、ブラジル「喫煙時あなたはヒ素・ナフタリンなどネズミやゴキブリ用と同じ殺す」と、タイ「喫煙は人を殺す」などなど。

# 寅



今年は寅年。

「寅」の字は「万物がはじめて地上に生ずる」ことであり、ここから寅の字ははじまりを意味しています。また、虎には魔よけの意味もあり、全国各地で作られている張り子（はりこ）の虎は、そのような願いをこめたものでしょう。

## お願い／お知らせ

### 新型インフルエンザ

新型インフルエンザはかかっても症状はそれほど重くないようです。怖がられている理由は感染力（かんせんりょく）が強いから。ラベンダーで毎日検温しているのは、1人でも感染者が出ると、次々と感染者が出るおそれがあるからです。まだまだ寒いので、みなさん、これからも検温にご協力をお願いします。もちろん、外から帰ってきたら、うがい・手洗いを忘れずに！（糖尿病、肥満、ぜんそく、心不全などの慢性的な病気を抱えている方、または喫煙されている方は症状が重くなる事が多いそうなので、気をつけましょう。）

### 巻きずしを巻こう！

「節分会」～日時：2月3日  
☆その年の無病息災をねがって、「恵方」を向いて、巻きずしを食べよう！



### 「恵方」の意味

その年の恵方の方向は、その年の福徳をつかさどる歳徳神（としとくじん）という神さまが居る方向であり、この歳徳神さまが居る方向に向かって事を行えば何事も良い方向になるとか。切らずに食べるというのは、縁を切らないようにするという意味がこめられています。節分会では、食べ終わるまで、しゃべらずに願い事を唱えましょう！

### ～編集後記～

「寅」年のこの年に、「ラベンダー通信」第1号が創刊しました！ラベンダー地域支援センター パソコン班、苦勞のたまものです。みなさま、すえながよくお願いします。（この記事に対するお問合せ等ございましたら、ラベンダーパソコン班、平原までご連絡下さい）

### ～仕事募集～

公共施設、個人宅の草刈り、除草剤まき、かんたんな剪定、花だん管理、農作業手伝い（米作り、野菜作り）、屋内・倉庫等の清掃や定期管理、屋内外の床清掃（電動床みぎき、ワックスがけ）、その他車椅子の操作などなど、まずはお電話下さい。すぐにお見積りもお伺いします！

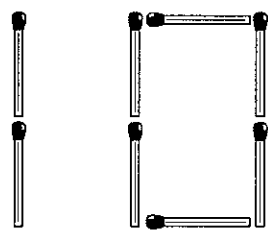
### ●見学希望の方へ●

事前に連絡をいただければ、随時見学できます。お気軽にどうぞ！ご来所お待ちしております！

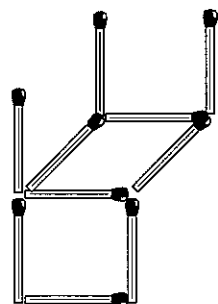


ライフアンドケア株式会社  
ラベンダー地域支援センター  
多機能型  
障がい者福祉サービス事業所  
〒802-0065  
小倉北区三萩野一丁目8番13号  
TEL：093-922-3305  
FAX：093-922-3363  
関連施設：グループホーム/ケアホーム（北方、三萩野Ⅰ・Ⅱ、門司）

Q1 マッチ棒クイズ



1. マッチ棒8本で「10」という数字を作りました。最低何本動かせば「5」になるでしょう。(ヒント:頭をかしげてね。)



2. マッチ棒でイスを作りましたが、さかさまです。絵をかたむけたりせずに、最低、何本動かせばイスを元にもどせるでしょう。

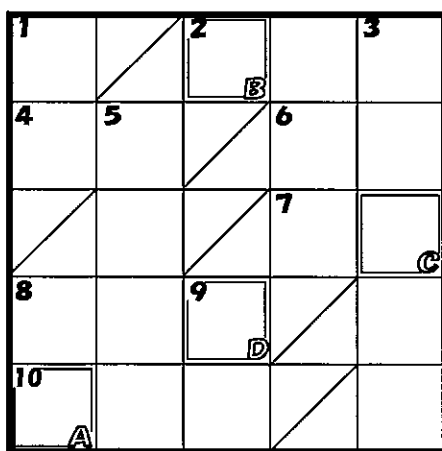
Q2 あるなしクイズ

「ある」のほうには、共通するなにかの名前がかけていますよ!

ヒント: それぞれをひらがなになおして、考えてみてくださいね!

| ある   | なし   |
|------|------|
| 校長   | 理事長  |
| 教頭   | 学年主任 |
| 朝顔   | 夕顔   |
| 交通標語 | 交通標識 |

Q3 クロスワードパズル



A~Dにあてはまる言葉を下のらんに書いてください。

タテカギ

1. 仏様にそなえる花。白や黄色やピンク、いろいろな色がありますね。
3. 1月の小正月の日に、お正月に使ったしめかざりや古くなったおふだなどを、神社に持って行って、焼くことを○○○○○といいますね。
5. 支援員の大森さんの下の名前。
8. お正月などに着物をきて、正座してひく日本の昔からある大きくて細長い弦楽器。
9. エンピツの○○はなまりでできてるらしいですね。

ヨコカギ

2. 英国のことを、イング○○○といいます。温泉施設を健康○○○といったりもしますね。
4. おせちにはかならず入っていますね。黄色くて甘い、○○きんとん。
6. 福岡○○は、私たちのいる所、佐賀○○はお隣ですね。
7. え〜っと、コンビニはその道の○○をまがったところにありますよ。
8. 小柳ルミ子の「わたしの城下町」♪○○○どをくぐりぬけ、みあげる夕焼けの空に♪
10. なみ型の○○○屋根。かわら屋根にくらべ安あがりですが、銅板なので両音がうるさいですね。

キトリセン

Q1

|   |   |
|---|---|
| 1 | 本 |
| 2 | 本 |

Q2

|   |  |
|---|--|
| 答 |  |
|---|--|

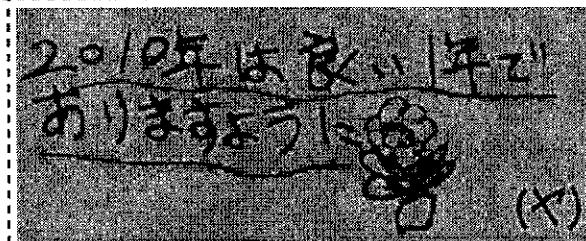
Q3

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| A | B | C | D |
| 答 |   |   |   |

\*答えをぜんぶ書いたら、キトリセンから切りとって、パソコン班に持ってきてね。正解した人の中から、先着10名様に粗品さしあげます。

私たちの仕事

就労継続B型



将来の希望

気持ちよく、のびのびと毎日を生活したい。やりにくい作業はいや、やりやすい作業をふやしてほしい。毎日がいやな思いをせず、楽しく明るく生活したい。(ム)

2年間ラベンダーでやっていき、その後体が丈夫なら、以前していた仕事をみんながまだしていたらしたい。(ト)

今の軽作業ばかりではあきがるので、他の仕事をしたいです。(タ)

以前は野球が好きで、よくプレーをしていた。体の調子を良くして、またスポーツをしたい。(ク)

他の仕事をしたい。(ヤ)

軽作業でもよいが、いつもの仕事以外の仕事をしたい。(ナ)

目標はないが、長生きしたい。自分にあつた仕事ならよい。(フ)

今のままでいいです。(オ)

以前は野球が好きで、よくプレーをしていた。体の調子を良くして、またスポーツをしたい。(ク)

自分の好きな仕事が出来、またその仕事物が商品になればいい。(ヤ)

2年間ラベンダーでやっていき、その後体が丈夫なら、以前していた仕事をみんながまだしていたらしたい。(ト)

今の軽作業ばかりではあきがるので、他の仕事をしたいです。(タ)

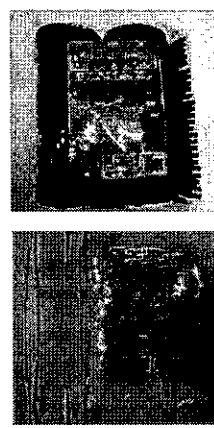
以前は野球が好きで、よくプレーをしていた。体の調子を良くして、またスポーツをしたい。(ク)

他の仕事をしたい。(ヤ)

軽作業でもよいが、いつもの仕事以外の仕事をしたい。(ナ)

目標はないが、長生きしたい。自分にあつた仕事ならよい。(フ)

今のままでいいです。(オ)

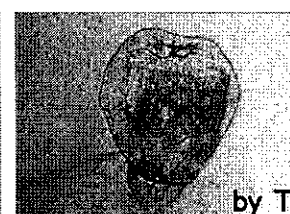
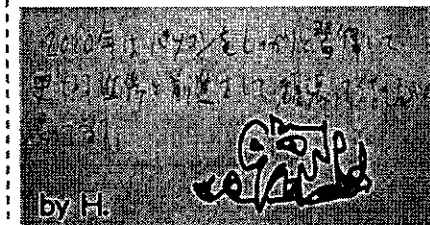


軽作業  
屋上園芸作業  
文章入力業務  
新聞作成業務



●一日の流れ

9:00~朝礼、ラジオ体操  
作業開始  
(休憩2回含)  
12:00~昼休み  
13:00~作業開始  
14:00~15分休憩  
14:15~作業開始  
15:10~日報 清掃  
15:30~終礼

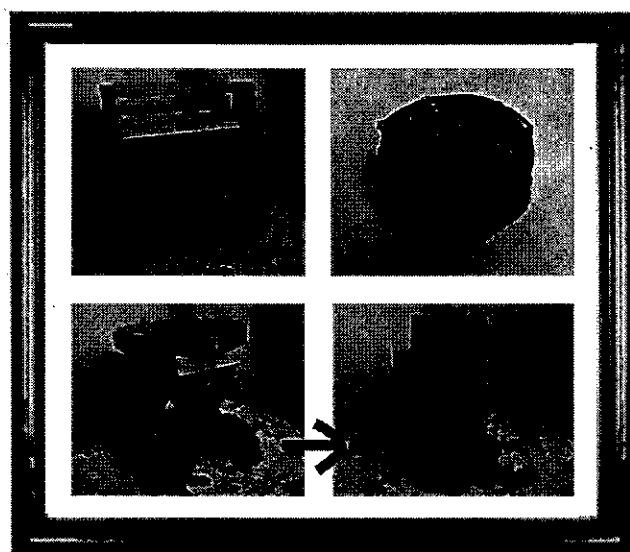
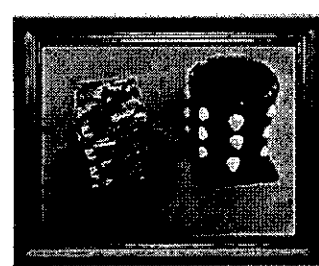
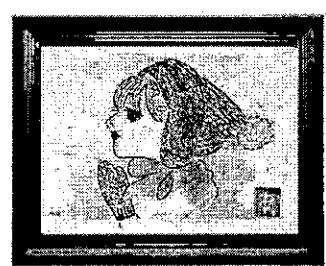
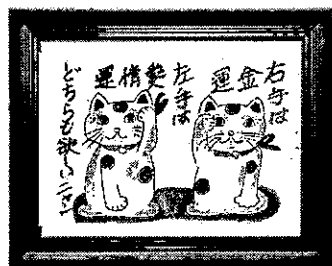
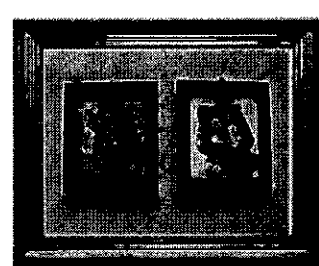
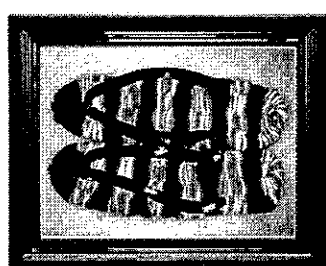
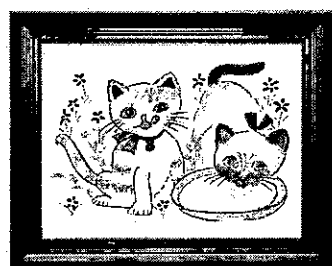


現在15名、明るく楽しく、がんばってます!ラベンダー就労継続B型です!



# 生活訓練

## ギャラリー生訓



作／ラベンダー生活訓練利用者

### 1月のスケジュール

5(水) 仕事始め  
13(水) カラオケ、映画鑑賞  
15(金) 映画鑑賞  
20(水) カラオケ、映画鑑賞  
22(金) 買い物  
27(水) カラオケ、映画鑑賞  
29(金) 茶話会  
…七草がゆを食べよう！

### --今年の抱負--

自立に向けて一歩前進する為に、作業所に毎日通えるようにしたい。(T)

一人暮らしに向けて頑張りたい。夏はウォーキングを決行。(S)

健康になるために、体力作りを頑張りたい。(T)

身体を良くして、運送会社で働きたい。(U)

手足が今より動かせるよう、体力作りの活動をもっと取り入れたい。(A)

積極的にできるよう、がんばりたい。(N)

現在6名、マイペース、そして前向きにガンバってます！ラベンダー生活訓練です！

## ● 健康づくりは一人ひとりの幸せにつながるものです ●

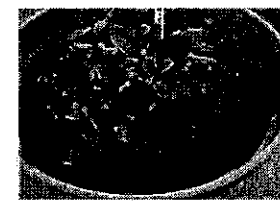
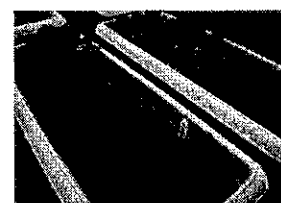
健康な生活をこころがけることにより、成人病を予防し、明るい生活を送りましょう。以下の9つのことに気をつけて。

- (1) 栄養のバランスを考え高カロリー食品を避ける  
・高カロリー食：揚げ物、間食、ジュース、お酒
- (2) 一日三食
- (3) 腹八分
- (4) 寝る直前に食べない
- (5) ゆっくり噛んで食べる
- (6) 適度な運動をする
- (7) 十分な睡眠をとる
- (8) 喫煙をさける
- (9) ストレスをためない

人間の体は、昼活動して、夜に休むというリズムがありますが、朝ごはんは体にも脳にも一日の始まりを教える大切なもの。  
朝ごはんをぬくと、リズムがくずれ睡眠不足になったり、昼食、夕食を食べすぎる原因になります。  
また、寝ている間にさがついていた体温をあげることもできず、体を動かすじゅんぴがでず、ぼんやり。  
ガンリンがカラッポだと自動車も走れません。  
また夜おそくに食事をとると、エネルギーを消化できず、太る原因になります。  
ゆつくり食べて、よくかんで食べるのも大事。  
早食いも太りすぎにつながります。  
そして、適度な運動や趣味などの楽しみでストレスを解消させ、健康な生活をこころがけましょう。

## センターの屋上野菜たち

チンゲンサイ、シュンギク、タマネギ、ニンジン、ニンニク…  
ハクサイ、コカブ、ネギ、スナックエンドウ、ホウレンソウ…

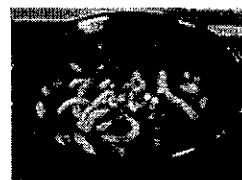
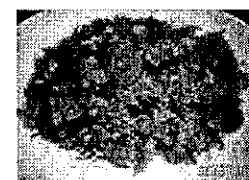


## 栄養 たっぷりラベンダーごはん

カレーうどんにチンゲンサイ、  
ほうれん草のゴマ和えにシュンギク  
チャーハンにニンジン、  
野菜サラダにハツカダイコン、

この野菜たちは、園芸班の方達が育てたものです。  
とっても立派に大きく育ちましたが、料理にしてしまうと少しの量にしかならず、「あれだけあったのに、これだけ〜」とがっかりされたり(笑)しますが、自分たちの作った野菜をおいしそうに残さず食べて「ごっそさん」と言ってもらえて、私たち調理する側もうれしくなります。  
これからも新鮮でおいしい野菜たちの登場を楽しみに待っています！ (調理班)

### ★こんだていろいろ★



### 今月のおすすめメニュー



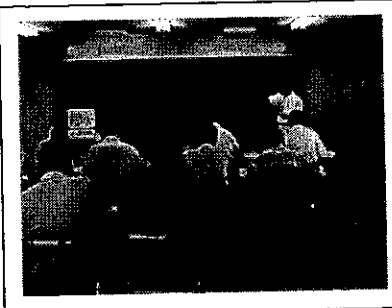
「ブタキムチ」

### ■材料

豚肉  
白菜キムチ  
もやし  
ゴマ油

### ■作り方

- ① 豚肉を食べやすい大きさに切ります。
- ② フライパンに油をひき、豚肉をいためます。
- ③ キムチともやしを入れていためます。
- ④ ごま油をたらす。好みでポン酢しょうゆや、かくし味で砂糖を入れてもおいしいよ。  
※ニラを入れると栄養価アップ！



3月～4月頃にかけて就職活動して行きたい気持ちですが、預金が出来ない。交通費、外食など来月当たりから考えいく計画。ラベンダー作業と大門センター職業安定所係との連携をとって行動していきたい。(モ)

今年は早く就職して、早く給料をもらえるように、がんばりたいです。(モ)

清掃をがんばります。(イ)

今年は仕事ができま  
すように。(タ)

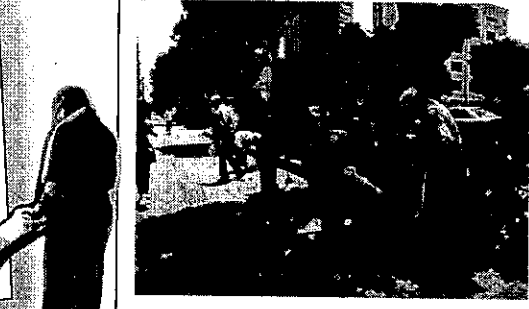
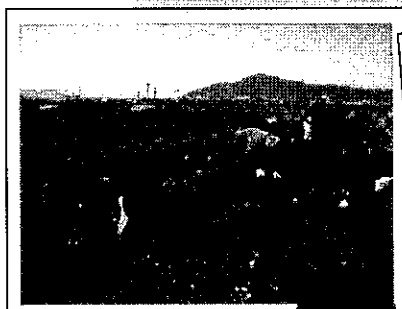
今年こそは仕事も多く、皆が少しでも工賃をたくさん貰える様になってくれたら私達もやりがいが出ると思う。そして健康がだいじだ。みんなで頑張ろう。(サ)

たきゅうと、やきゅうと、ボーリングをしたいとおもっています。はやくなおして、みんなとやっていきたいとおもっています。(ヤ)

畑、野菜を作りたいです。お仕事がみつかりま  
すように。(コ)

今年是一日も早く、みなとけこみ、又自分にとって、センターの為、一生懸命がんばります。(ヒ)

### 講義、会社見学、座談会、年中行事、研修、バスハイク...



### 園芸作業、清掃作業、公園愛護、道路サポーター...

楽しかった、悲しかった、辛かった、面白かった、おかしかった...いろいろなことがあったね...  
これからいろいろなことがあるだろう...けど、笑っていこうぜ!

今年はラベンダーに来て2年になるので、1日も早く病気やケガをせず、健康に十分に気をつけて、無事に卒業出来る様にがんばりたいです。そして早く就労出来るようにしたいです。(シ)

調理やパン作りを早くおぼえて、自分でフリーマーケットとかでやりたいです。(ク)

今年は工賃が上がり、喜んでます。(ヒ)

今年は早く就職できるようにがんばりたいと思います。(ヒ)

よく、軽作業ができますように。(ク)

仕事をいっしょうけんめいがんばります。(ナ)

ことしこそ大いにしごとに元気体でがんばって行けますように。(モ)

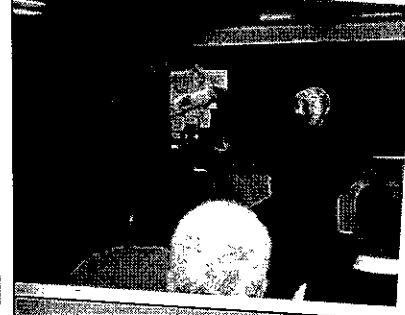
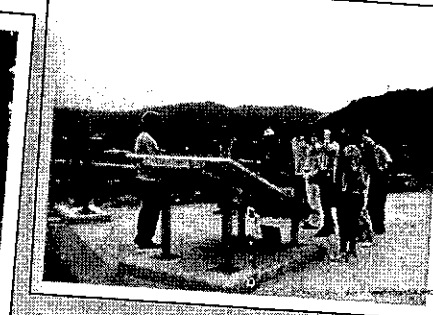
自立するようにがんばる。(ザ)

明日を信じて、  
今を生きる。

始まりは...



そして今...



現在17名、就労に向けてがんばってます！ラベンダー就労移行です！