

ピアみなと便り

ホームページ <http://www.peerminato.com>

2018年6月発行 第29号 (No.96)

6月22日(金)内科講座「体にええよ～」を港区役所保険福祉課・管理栄養士の北野さんにお話頂きました。主な内容は、健康的で体に良い食べ物・食事についてです。500ミリのコーラーに55グラムの砂糖が入っていると、暑い夏に欠かせないマックシェイクは111グラムも入っているなど、その数字にびっくり！体に良い食べ物ベスト3は、トマト・ヨーグルト・納豆とのこと。手頃な食材なので皆さんも食べてみてください。また月曜日に起こった大阪北部の地震に絡めた話で非常持出品の話もありました。最低3日分を備えるとのことですが、皆さん準備されてますか。災害はいつ何時起こるかわからないので、家族の状況にあった備えをしたいものです。



法人の事業所

就労継続支援B型 ワークみなと 事業所番号 2710400272 〒552-0004 大阪市港区夕風 2-6-3 Tel6571-7511 Fax6556-9020
就労継続支援B型(主)グリーンズ事業所番号 2710400330 〒552-0021 大阪市港区築港3-10-7 Tel/Fax 06-6574-2930
就労継続支援B型(従)グリーンズⅡ事業所番号 2710400330 〒552-0021 大阪市港区築港3-10-11 Tel/Fax 06-6571-8138
共同生活援助 みなと憩寮 事業所番号 2720400015 ※ワークみなとにご連絡ください。
指定特定相談支援 ピアみなと相談支援センター 事業所番号 2730400088 〒552-0004 夕風 2-5-25 Tel6556-9021 Fax6556-9020

発行・印刷：特定非営利活動法人障害者の福祉を進める会みなと（通称：ピアみなと）〒552-0004 大阪市港区夕風 2-6-3 ワークみなと
郵便振替口座 加入者名：ピアみなと 口座番号：00900-0-330844 Tel 06-6571-7511 Fax 06-6556-9020 Email : wm@peerminato.com

ワークみなと ～ 作業大忙しと交通安全とお茶会と昼食の巻 ～

法人の総会も終わり、本格的に30年度がスタートしました。職員もメンバーも同じ顔触れで、毎日変わりなく過ごしています。今年度に入ってから、建築ラッシュなのかありがたいことにボルト作業が忙しくなり、作業所内もボルト満載でとても狭く感じます。皆さん足元に注意して歩いてくださいね。

毎年度初めに行う「交通安全講習」は、DVD「大人のための自転車教室」を鑑賞しました。内容は自転車の安全運転にかかわるもので、昨年の交通安全講習に続いたものです。終了後に書いた感想文の中には「自転車も左側通行だと初めて知った。」というものもあり、忘れていたことを再確認することができました。短いDVDでしたがとても勉強になりました。メンバーの感想文のなかには「自転車保険にまだ入っていないのですぐに入ろうと思います」「当たり前だが、信号を守る」「左通行を守る」などがありました。



自転車に乗る人も乗らない人ももう一度「交通安全」を考えましょう。

今年も、「精神保健福祉ボランティアグループしおり」さんのおかげで、ゆったりした時間を過ごす「お茶会」を月1回開催します。和菓子とお花で季節を感じ、ゆっくりとした時間の中でお抹茶をいただきます。暫く作業の忙しさを忘れず。しおりさん今年もよろしくお祈りします。

ワークみなとの昼食は安くて美味しいと好評です。一品50円のおかずがおいしいせいか最近では麺類よりご飯の注文が多くなりました。しっかり食べて夏バテを防止しましょう。

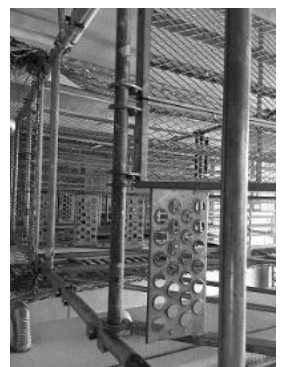
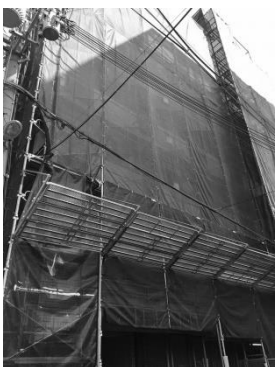
これから、本格的な梅雨に入ると思われます、皆さんも体調に気を付けてジメジメした季節、その後の暑い夏を乗り切りましょう。



グループホームみなと憩寮 ～ 外壁工事が終わりました ～

今年2月20日からみなと憩寮の皆さんが入居しているマンションの外壁工事が行われていました。少し予定より伸びているようですが、もうすぐ終わりそうです。

足場が組まれ養生シートが張られ、工事が始まりました。食事をしていると、工事の方の足などが見えカーテンが開けられず困ったときもありました。ベランダの防水をしてくださる間、洗濯物が干せず、部屋干しの毎日。部屋は洗濯物でいっぱいでした。今は、マンション全体もベランダもすっかりきれいになり、窓も開けられるようになりました。外壁がきれいになったので部屋の中も少しきれいになりました。外壁がきれいになったので部屋の中も少しきれいになりました。外壁がきれいになったので部屋の中も少しきれいになりました。外壁がきれいになったので部屋の中も少しきれいになりました。



◆◆◆◆ グリーンス(グリーンズII)のページ ◆◆◆◆

「春のおでかけ風景、今年のキャンドルナイトは・・・」

▼毎年われわれの花見は同じですが、天保山公園の桜は今年もやっぱり見事でした。観光客が感心しながら写真を撮っていて、地元民として誇らしい気持ちになりました。▼4月は他に「京都鉄道博物館」に行きました。弁天町に以前あった交通科学博物館の展示が引き継がれたと聞いていたので、いつかみんなで行きたいと思っていた施設でした。綺麗なうえにゆったりとしたスケールで、たくさんの電車を見ることができて楽しかったのですが、同時に弁天町の博物館を懐かしむ声も多く聞かれました。▼5月は天六の「大阪くらしの今昔館」に行きました。ビルの中に江戸時代の街並みが再現され、タイムスリップしたみたいでした。また、明治や戦後の町が精密なジオラマで並んでいるフロアも見応えがあり、予定の時間では足りないくらいでした。▼6月は恒例の「キャンドルナイト」になりますが、今年は趣向を変えて、職員松原をはじめとするアンサンブルグリーンズに演奏してもらい、一般のお客さんではなく、メンバーと職員を対象にイベントを行いました。演奏を聞いてみんなで夕食を食べて…日が傾くと飾ったキャンドルが映えました。記念写真を撮ろうと表に集まったときは虹も出ていて、とてもいい雰囲気の夕べとなりました。引き続き休日を過ごすヒントになったり、みんなの思い出に残るような行事を行いたいと思います。



Vegetarian Dishes
GREENS
ベジタブルレストラン・グリーンズ

AM11:30-PM2:30(土・日・祝休)
TEL06-6574-2930



グリーンズIIの
手作りお弁当
港区内配達いたします

月・火・水・木・金曜日
TEL06-6571-8138



■ 大阪市の電話相談いろいろ・・・

- ◆おおさか精神科救急ダイヤル 0570-01-5000 年中無休 24 時間
- ◆こころの悩み電話相談 06-6923-0936 月～金 10:00～15:00
- ◆ひきこもり相談窓口 06-6923-0090 月～金 10:00～12:00
- ◆思春期/薬物関連相談 06-6922-8520 特定相談につき要予約
- ◆保健福祉センター（港区） 06-6576-9968 月～金 9:00～17:30

