

ワークス・ジョブカレ通信

～ココロつなぐかけ橋～ 3月号

平成27年3月2日発行
社会福祉法人 グロー
～生きることが光になる～
びわ湖ワークス・ジョブカレ
東近江市躰光寺町 250 番地
TEL0748-42-3715



十字法太極拳で健康促進！

東洋哲学の概念を取り入れた拳法・武術である太極拳は、体幹を鍛え、姿勢をよくするなど、健康、長寿に効果的です。

ワークス、ジョブカレのメンバーは、月に一度、十字法太極拳の総師範でおられる佐伯克美先生に、ボランティアの講師として太極拳をご指導いただいています。

佐伯先生には、わかりやすい技のご指導いただけるだけでなく、大変温かいお人柄で、休憩時間にはみんなに声をかけてくださり、日常生活や健康についての話などにも、気さくに答えてくださいます。

太極拳は、激しい動きではありませんが、ゆっくりとした動きの中で、自分の身体を、指先、つま先まで意識することができます。日常の慌ただしさの中では感じることができない、自分を見つめ直す貴重な時間です。2年前から教えていただくようになり、年に一度の交流大会にも参加できるようになりました。寒い今の時期でも終わった後は、身体の芯からホカホカしてきて、じんわり

といい汗

かけますよ。



日々是好日・・・このごろ思うこと

ジョブカレのメンバーが宿泊型生活訓練の場としているドリームハイツ。先日の夕方、共用ルームの窓から、モズが懸命に餌取りをしているのが見えた。新幹線の下に立ち入り禁止の有刺鉄線がある。「モズのはやにえ」を想像した。高いフェンスから空き地に急降下しフェンスに戻る。それを何度も何度も繰り返している。陽だまりにはもう虫が動き出しているのか。「はやにえ」は保存食との説があるが、実はあまり食べられていないので、理由はよく分かっていない。一見無駄な動きのようだが、モズにはこの動きが必要なのだ。私たち人間には、理由が分からないだけなのではないだろうか。「百舌鳥」百の声色を持つ鳥と言われ、多くの鳥の声を真似ができるというのも特徴的である。私たちが聞いているどの声も本当のモズの声なのだろう。

3月の予定

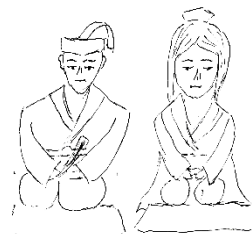
ワークス

- 自主製品
 - ・製麺作業
 - ・製菓作業
 - ・「いっぺき」にて接客業務
 - ・自主製品販売
- 施設内作業
 - ・部品組み立て、ケーブル巻き
 - ・ペットボトルキャップ洗浄
- 施設外作業
 - ・エアコン室外機部品組み立て
 - ・浄水器部品検品 ・掃除機部品組み立て
 - ・パネル固定具製造工程
 - ・ポスティング ・畑作業
- 施設外就労実習
 - ・店舗清掃作業 ・ホテル朝食スタッフ補助
- 行事予定
 - 6日 太極拳
 - 24日 求職者対象研修
 - 未定 利用者の会



ジョブカレ

- 施設内作業
 - ・ブラインド部品作成
 - ・自動車部品シールはり
 - ・ネジ、ナット部品袋詰め
- 施設外就労実習
 - ・パネル固定具製造工程
 - ・チラシ封入作業
 - ・畑作業
- 行事予定
 - 2日 就労研修会
 - 6日 太極拳
 - 24日 求職者対象研修



職員研修・会議・出店など

- 1日 問題解決研修
- 2日 コミュニケーション講座（利用者対象）
- 4.5日 安全衛生推進講習
- 7日 ひきこもりサポーター研修
- 9日 ジョブカレ事業推進会議
- 12日 アセスメント研修
- 14日 むれやま荘記念式典

お知らせ ジョブカレファームへのご協力をお願い

当事業所では「ジョブカレファーム」にて利用者の方と一緒に野菜を育てています。3月にはジャガイモを、4月には枝豆、カボチャを植える予定しています。5月には玉ねぎの収穫を迎えます。春が近づき、畑作業もいよいよ本格的始動です。無農薬にこだわり、安全でおいしい野菜作りを目指しています。

肥料や野菜の種や苗など提供いただける方がいらっしゃいましたらご連絡ください。また、夏に向けて草刈りや水やりなど、農作業に携わっていただける方がいらっしゃるとありがたいです。ご協力をお願いいたします。



職員リレートーク 生活支援員 山本 彩

私がびわ湖ワークスに来てから、もうすぐ3年が経とうとしています。3年前の今頃、就職試験、前職場での引き継ぎ、引っ越しなど、4月からの新生活に向けていろいろな準備をしていたことを思い出します。

びわ湖ワークスでは、2012年にジョブカレがスタートしました。私は、スタート当初からジョブカレ業務に携わってきました。普段は、法人内の別部署で働いているのですが、週に1日びわ湖ワークスに出勤し、ジョブカレの利用者さんと面談をしたり、ジョブカレ関連の会議等の事務局業務をしたりしています。

春は、別れと出会いが様々に交差する時期。私がびわ湖ワークスに来てからも、いろいろな別れと出会いがありました。出会いがあれば別れもある・・・わかっている、つい、いつまでもそのひとと会い続けられるような意識になってしまっている自分がいます。今、目の前にいるひとともいつか別れる日が来る、それは明日かもしれない・・・慌ただしく過ぎ去ってしまう日々の中で、そんな思いもどこかにしのばせながら会っていけたら・・・この時期になると特に、そんな思いになります。

編集後記

ひと雨ごとに暖かくなるとよく言われるこの季節。気になることは花粉。私は花粉症ではないのですが、花粉症ギミ。ある日突然やってくるとも言われ、目は大丈夫ですが、鼻は鼻炎の症状が。「ギミ」から「症」にならないよう、マスク着用し、花粉症予防のヨーグルト（本当に効く？）を食べ予防に努めています。（Y）