

# Maison Kumamuta

2020年 発行 1月号

広報 メゾン・クマムタ VOL. 140

〒861-4215

熊本県熊本市南区城南町沈目1502

障害者支援施設 くまむた荘

TEL (0964) 28-4680 FAX (0964)28-5403

くまむた荘デイサービスセンター春秋館

TEL・FAX (0964)28-2760

相談支援センター絆

TEL (0964)28-7799 FAX (0964)28-0040

(0964)28-7760

社会福祉法人 恵春会

基本理念

人間尊重の精神と人間平等の思想の実現

方針

1. 個人の自由と権利の尊重
2. 自立への援助
3. 施設は地域社会福祉の核となれ
4. 職員は専門職としての誇りと研鑽を

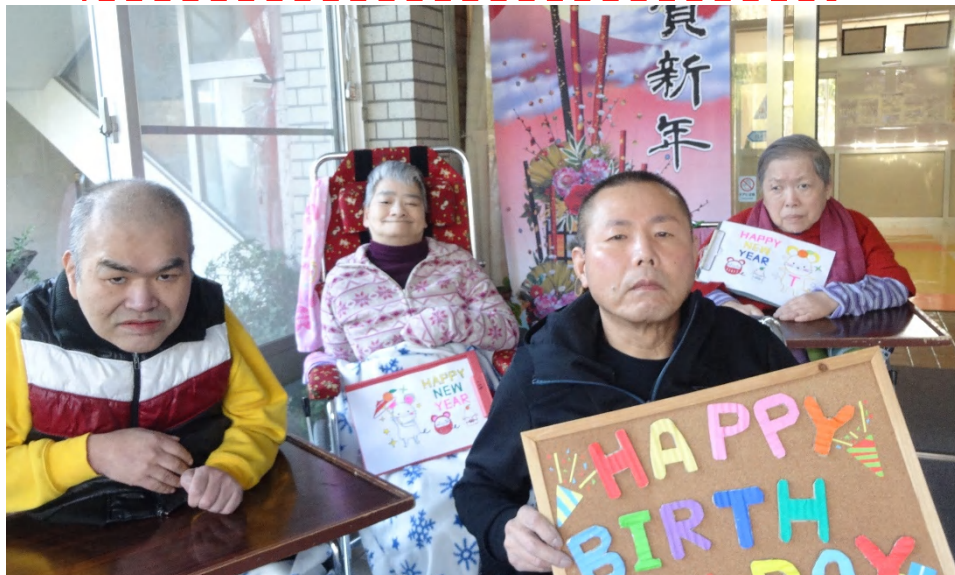
## 1月生まれの利用者の方



吉田 様

川本 様

田中 様



藤吉 様

上場 様

平岡様

福島 様



# 給食だより

## 胃腸を元気に！「ビタミンU」

ビタミンUはキャベツ由来のビタミンで、胃酸の分泌を抑制し粘膜を修復する働きがあります。胃や十二指腸は常に強い消化液にさらされており、粘膜や粘液とのバランスが取れていれば問題ないのですがストレスなどによってバランスが崩れると、もたれや潰瘍などの症状が現れます。ビタミンUは別名「キャベジン」と呼ばれ、胃腸薬の成分になるほど効果が高い成分です。

### ○ビタミンUを含む食材○

キャベツ…ビタミンUを豊富に含み、葉の外側にはβカロテンが、内側に行くほどビタミンCが豊富

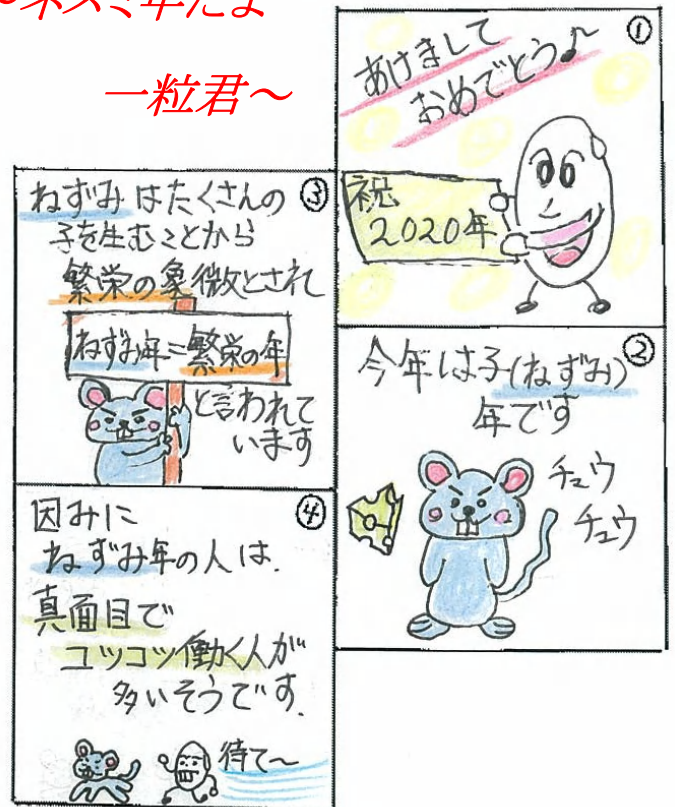
セロリ…食物繊維が豊富で、茎より葉にビタミンが多い。きゅうりと一緒に食べるとむくみ改善に効果的

アスパラガス…疲労回復効果のあるアスパラギン酸を含み、新陳代謝を活発にする効果がある

# ～一粒君～

～ネズミ年だよ

一粒君～



# 日中活動予定表

- ☆音楽クラブ  
6日(月)、16日(木)
- ☆レクリエーション  
8日(水)、15日(水)
- ☆歌おう会  
23日(木)
- ☆絵画教室  
4日(土)、11日(土)  
18日(土)、25日(土)



# 正月飾り



# 1月行事予定

- 16日(木)…火の君号来荘
- 30日(木)…日章野菊の里より施設見学に来荘(4名)

くまむた荘では、お正月に飾る門松は職員が竹の切り出しから手作りで作成しています。また、室内用も小さな正月用の飾りを作り玄関や各棟に飾らせていただきました。小さいですが、ものすごくインパクトがあり華やかなお正月となりました。

2020年も「MaisonKumamuta」

をよろしく願います。

# デイサービスセンター 春秋館

## クリスマス会が行われました！



12月20日に春秋館でクリスマス会が行われました。ご家族も参加いただき、和気あいあいの雰囲気でした。ご利用者、ご家族、職員のカラオケ大会や、ビンゴでは、皆さん楽しそうに笑顔で参加されておりました。トーンチャイムは真剣な表情でしたよ。また、来年が楽しみです。

## 1月生まれの誕生者紹介



★ 浦中 様(右側)  
(1月12日生まれ)

最近、オセロがお好きで、ご利用者や職員と何度も楽しんでおられます。



## 相談支援センター 絆

冬晴れの空が美しい季節となりました。

新年あけましておめでとうございます。皆さん、どのようなお正月をお過ごしになられたでしょうか？本年も絆職員一同「ONE TEAM」で頑張りますので、どうぞよろしく願いいたします。

今回は、昨年7月に熊本市立御幸小学校の先生方を対象に行った、車椅子講習のお礼の手紙を紹介します。実際に校舎内で車椅子操作を体験することは初めてだったそうで、介助する側やされる側の様々な視点でたくさんの気づきがあったそうです。

「普段は何気ない段差、傾斜、掲示物の高さ、廊下の荷物、通路の幅、話すときの視線の高さ等に配慮が必要」と感じられたそうです。

また、今回の研修で先生方が感じたことを生徒達に伝えていきたいとのことでしたので、私達としてもとても嬉しく感じています。

出前講座は随時実施しておりますので、お気軽にご相談ください。





# クリスマスの集い



12月19日(木)にクリスマスの集いが行われました。今年は音楽クラブによる演奏『パプリカ・やさしさに包まれたなら』から始まり、湖東カレッジの生徒さんによるクリスマスの歌や手遊び、三味線奏者の中熊海人さんによる津軽三味線の生演奏でとても盛り上がりました。毎年恒例のカクテルドリンクでは新しく【ザクロ味】が登場し、ご利用者に好評でした☆今年はキャンドルサービスの代わりに職員手作りのランタンとイルミネーションで会場をライトアップし、幻想的なものとなりました。とてもきれいで皆でうっとりしてしまいました。今年も盛り上がりをもせたクリスマスの集いまた来年もお楽しみに！！また、翌日にはクリスマスディナーが提供されシャンパンとともに美味しそうに食べられていました。

## もち餅つき



12月12日(木)に毎年恒例の『餅つき』が行われました。男性職員の餅をつく力強い姿を食堂から皆で眺めました。職員 OG の方々のお手伝いもあり美味しい、つきたてのお餅が食べられました。

年末に行う餅つきはお正月にお迎えする歳神様へのお供えである鏡餅をつくるために行うとされています。年明けの餅つきは食べることを目的とされ神様から生命力をいただくという意味があるそうです。1年が無事終わり良い締めくくりとなりました。

## 伊藤理学療法士の

### コーナー



#### 口の運動と発声

話していると発音しにくい言葉ってありますよね。口や舌の動きが低下しているのかもしれませんが。今日は口の運動を中心に紹介します。

1. 『あー』と言いながら、  
しっかりと口を開きます。
2. 『うー』と言いながら、  
口を前に突き出します。
3. 『いー』と言いながら、  
口を横に広げます。
4. 『うー』と言いながら、  
口を前に突き出します。



1~4の運動を行うことで、発話に関わる筋肉の動きが良くなり、話しやすくなります。