



# MaisonKumamuta



2017年 発行 11月号  
広報 メゾン・クマムタ VOL.114

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

〒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

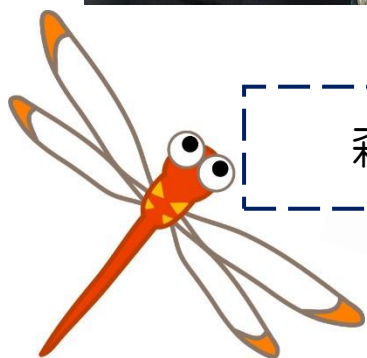
## 11月生まれの利用者の方



森口様

坂口様

岩崎様



## 腰痛は身近な社会問題です！

腰は上半身と下半身の境目に位置し、様々な動きや力を支える基盤となっています。日常生活や仕事などで様々な負荷がかかりやすいので、一度痛めてしまうとあらゆる動作に支障が出ます。

腰痛の種類を大きく分けると、「**特異的腰痛**」と「**非特異的腰痛**」の2種類に分けられます。「特異的腰痛」とは**椎間板ヘルニア**など、**原因の定まっているもの**のことを言います。「非特異的腰痛」は**筋力の低下**や**血行不良**などが**原因**であると言われていています。そのため、現在でも治療や予防対策が確立しきれていないそうです。

また、ストレスを多く抱えた状態で持ち上げ作業をすると姿勢のバランスが崩れ腰への負担が多くなり、ぎっくり腰の発生リスクが高まることが分かっています。

### 腰痛の特徴に合わせた処置の方法

\*腰に急な強い痛みを感じた時には、コールドスプレーや冷湿布などで冷やして炎症を抑えましょう

\*慢性的に続く痛みには、入浴や温湿布などで温める方法が効果的です

## ～一粒君～



## 火の君文化祭



11月3日(金)、4(土)、5(日)に城南町の火の君文化センターにて開催されました「火の君文化祭」の展示部門に絵画教室で作成した作品を展示させていただきました。今年も利用者のみなさまの力作ぞろいとなりました。

展示部門には、地域の方が製作された、生け花や書、写真、陶芸など多くの作品が並んでいました。地域のみなさまに作品を見て頂ける貴重な機会となりました。

## 11月行事予定

2日(木)、9日(木)

・・・豊田小学校と音楽クラブとの合同練習

15日(水)・・・豊田小学校学習発表会

輝きの森支援学校より見学(2名)

16日(木)・・・コーヒー喫茶

20日(月)～21日(火)

・・・輝きの森支援学校より利用体験(1名)

## 日中活動予定表

### ★音楽クラブ

7日(火)、14日(火)

### ★学習会

30日(木)

### ★歌おう会

23日(木)

### ★レクリエーション

16日(木)、21日(火)

### ★絵画教室

4日(土)、11日(土)、18日(土)

25日(土)

### ★書道クラブ

10日(金)、24日(金)

# 相談支援センター 絆

熊本市立日吉東小学校から子どもたちに『障がいについて』学ばせたいとの依頼を受け、10月23日、日吉小学校体育館で車椅子講習・体験の出前講座へ行きました。

小学4年生を対象に、さまざまな車椅子の説明を行い、段差の乗り降り体験をしてもらいました。

小学生からは、体験や講習を通して「声をかけられずにいきなり押されると怖いことが分かった」「車椅子の操作がわかって今後に活かせる」「家族が車椅子に乗っているのだから、これからはお手伝いしてあげたい」などの感想があり、事業所にとっても、いい刺激になりました。

今後もこういった活動を続けていきたいと思えます。



## 利用者紹介



### 山田 様

入所歴 (4年)

笑顔が素敵で声を掛けると満面の笑みで応えて下さいます。指先が器用で様々なポーズを見せて下さいます。

### 松山 様

入所歴 (3年)

活動的で多くの日中活動に積極的に参加されています。お手伝いされるのがお好きで、困っている人がいるとすぐに声をかけて下さいます。



## 工事についてのお知らせ



10月下旬で1棟東側の工事が終わり、11月1日より第3期(2棟)の工事が始まりました。2棟の利用者の方につきましては、1棟及び3棟に移動され生活されています。1棟の利用者の方についても一部居室が変更になっております。2棟センターにつきましては、1棟東側に簡易に設置しておりますので、何かありましたら近くの職員にお尋ね下さい。ご利用者ならびにご家族の皆様には大変ご迷惑をお掛けしております。面会の際には事務所前にて居室の確認をお願いします。



# 花火鑑賞会



くまむた荘はここ数年この時期になると竹灯り鑑賞会を行っていましたが、震災や工事の関係上、実施が難しかった為、今年は10月27日（金）に花火鑑賞会を行いました。花火は打ち上げタイプの花火や、手持ち花火などがあり、数名の利用者の方は自分で花火を手に持ちとても楽しまれていました。20分程の時間でしたが、あまり観る機会のない花火を観ることができてよかった！楽しかった！との声が聞かれました。震災以降なかなか行事ができない中での花火鑑賞会、みなさん喜ばれていました(\*^^\*)

## デイサービスセンター 春秋館

ネイルはじめました！

～つれづれ日誌～ No.7



今月は、職員が持ってきたマニキュアを利用者の方々にご利用して頂きました。皆様、とても喜ばれていて、見てみて、きれいでしょ！」と見せ合っておられました。

ネイル一つで雰囲気は全く違うものですよ。

早いもので、11月に入りました。「霜月」の名の通り、霜が降りるようになりました。寒さで朝から布団から出たくない日々が始まりました。皆様、お体には十分にお気を付け下さいね。

新たなことに取り組むという事はとても力があるものですね。一步踏み込むことの難しさを実感します。かくいう私も、新しく「空手」を始める事にしました。11月からですがね。まだ、本格的には練習してはいませんが、せっかくのチャンス。頑張ります。

皆様も、何か新たな取り組みにチャレンジされてみてはいかがでしょうか？何か今までには感じた事のない充実感と出会えるかもしれませんよ。