

Live Voice

ここから見えるよ→

【らいぶ ぼいす】



LiveHP URL



朝夕に、少し涼しさを感じる頃となりました。皆さんいかがお過ごしでしょうか。

この夏は、猛暑に加え地震や水害など自然の脅威とともに、穏やかな日常の尊さを改めて感じさせるものでした。海外から高松を選んでやって来た英会話講師の言葉を思い出します。「いろいろ調べたら、災害と犯罪が一番少ないのが香川県だった」と。何をどう調べたのかはわかりませんが、なるほど、そういう見方もあるのかと驚きでした。大地震の不安はあるものの、確かに、「うどんだけじゃない香川県」ですね。

今月も皆さんのお越しをお待ちしています。

■わらび餅作りをしました！

先日、厨房作業で初めてわらび餅を作りました。
わらび餅は加熱すると少しずつ透明になり粘り気が出てきます。
みんな「こんな変わるんだ」とその変化に驚きながら、楽しんで取り組むことができました。

今回の作業では、楽しみながら調理するだけでなく、材料を正確に量ること、手順を確認しながら進めていくこと、そして周りの人と協力することなどを学ぶいい機会となりました。

完成したわらび餅をみんなで試食すると、あちこちから「おいしい！」という声が上がりました。利用者さんも初めての挑戦に達成感を感じたようです。

これからも、季節を感じられるものなど、新しいことに、
どんどん挑戦していきたいと思います。 (KURO)



■就労と休憩

仕事の休憩時間を、皆さんはどのように過ごしているのでしょうか？
水分補給をしたり、作業の手を止めて目を休めたりなど、息抜きに使う方が多いと思います。
ところが、利用者さんの中には「休憩時間の使い方がわからない」や「特にする事もないので作業を進めたい」という方がいらっしゃいます。
人が休まずに働き続けるとどうなるのでしょうか。疲労がたまり、集中力途切れ、作業でのミスが増えたり、自分では気付かないうちに体調を崩してしまい、日常生活に支障をきたす原因にもなります。
休憩時間を上手く使って、オン/オフを切り替え、就労に大切な時間管理や体調管理ができるように、引き続き利用者さんへ働きかけていきたいと思います。 (SHIRO)

■合同面接会に向けての学習会

当館の就労移行支援の利用者さんは、それぞれ目標を立てて就職に向けて取り組んでいます。先月の学習会では、今月の合同面接会に向けて面接練習を行いました。

利用者の一人である、Mさんが感想を話してくれました。「今回で二回目の面接練習でした。面接場面で自分のことを伝えるとき、順序立てて話すのが苦手だと気付きました。また、緊張しすぎることもあります。それらの練習が出来て、とてもよかったです。」

自分への気づきも含め、一步一步前進している姿に頼もしさを感じました。
ぜひとも合同面接会で頑張ってくださいたいものです



(YOSHI)

■ 日々の積み重ね

入所半年のHさんを紹介します。初めの頃は不安から、繰り返しスタッフに色々と質問をしてきていましたが、今は慣れてきた様子で質問も減り、生活リズムも安定して過ごせています。

入所前の一番の心配は金銭管理でした。色々と工夫した結果、今ではやりくりして使いすぎることなく、うまく自己管理ができています。就労の意欲も出てきました。就労継続への参加も少しずつ増やしていています。料理や部屋の片づけにも意欲的で、本人曰く「すべて花嫁修業」とのことです。

そんなHさんは、誰にでも親切でいつも前向きです。私たちスタッフにも「大丈夫ですか？元気でいて下さいね」と声をかけてくれます。

Hさんはわずか半年の間ですが、ずいぶん成長したように思います。何事も日々の積み重ねが大事なのだと、Hさんを見ていて改めて思いました。その優しさと穏やかさを忘れずに、今後もホーム生活を楽しんで頂きたいと思います。
(TORMENTA)

■ 健康的な取り組み



数年前から入所しているSさんは、トマトを取り入れた健康的な取り組みをしています。ある日の栄養相談で、栄養士から「トマトジュースよりも、生のトマトのほうが効果的です」とアドバイスされました。そこでSさんは、「夏に弱いことだし、お腹を満たすだけでなく熱中症対策や健康を考えて、トマトを食べることにしました」とのこと。

以前はよくお菓子を間食していましたが、トマトを食べるようになってからは前よりお菓子の量が減ったそうです。さらに栄養面を意識して、カットキャベツをラーメンに乗せるなどの工夫も重ねたそう。そして3か月後には見事に4kgの減量に成功しました。

最近では、そんなSさんに影響されて他の利用者さんの間でも「トマトブーム」が巻き起こっています。今では一年中楽しめるトマト、皆さんも注目してみてもいいかもしれません。

(JAGUAR)

■ 新入職員紹介

- ・名前：森 華織（もり かおり）
- ・趣味：アニメ鑑賞、ライブ参戦
- ・好きな言葉：雨だれ石を穿つ
（わずかな力でも根気よく続ければやがて大きな成果を生むという意味）
- ・一言：7月より入社しました。
慣れないことが多いですが、利用者さんの笑顔が増えるよう支援していきたいです。



■ 新入職員紹介

- ・名前：川端 絵里子（かわばた えりこ）
- ・好きなこと：愛犬と戯れる時間
- ・好きな言葉：自分らしく人生を生きる
- ・一言：7月より新しいことに挑戦したく入社しました。
今までの経験と知識を生かしながら、利用者さんの生活の一部に携わりたいと思います。どうぞよろしく
お願いいたします。



健康相談



月1回、看護師スタッフによる健康相談を行っています。毎回、その時々に応じたテーマの話や、日頃気になっていることの質問に答えてくれます。皆さん、こんなことはありませんか？受診の時、気になることがあってもなかなか先生には聞けないくて、そのまま帰ってきてしまい、心配がふくらんでしまうこと。そんなちょっとした気になること、ちょっとした不安を話してみませんか？「ちょっとしたこと」と言っても、自分自身にとっては「重大なこと」です。もやもやをスッキリさせましょう。9月のテーマは『睡眠』です。関心がある方はぜひお越し下さい。

活動の様子

園芸の日



約3ヶ月間、朝顔の観察を行ってきました。5月17日に種を植えて、最初は芽が出てくるのか心配したほどでしたが、数日後にははっきりした芽が出て、1ヶ月経った頃には、大きな窓いっぱいのグリーンカーテンになりました。活動に来られる利用者さんも、来る度に大きくなっていく様子に驚かれています。最初の一つ目の花が咲いたのが5月30日、それから毎日咲いた花の数を数えてきました。これまでに咲いた花の数は、380(8/20現在)になりました！400は越えるかなあと利用者さん



んと話しています。よく見ると、種が出来ています。また一つ楽しみが増えました。次月号で報告します。



こころの健康展

9月5日(土)、6日(日)、イオンモール高松 シーコートにて、こころの健康展が開催されます。皆さん、たくさんの作品をご応募してくださりありがとうございました。いろいろな活動の中で作品を作ってこられ、真剣に取り組んできた作品です。ぜひ、見に行きましょう。5日(土)は、終日、スタッフが会場にいます。その日は、『こころの健康展を見に行こう！』の行事を企画していて、昼食をご一緒にと考えています。少し立ち寄るのもよし、一緒にご飯を食べてゆっくりするのもよし。お待ちしております。

2026年9月 地域活動支援センター行事予定

日	月	火	水	木	金	土
		1 13:30 園芸の日	2 13:30 ~ 15:00 学習会のため閉所	3 13:30 椅子座禅	4 13:30 座談会	5【予約行事】 「こころの健康展」 を見に行こう！
6	7 10:30 書楽会	8 自主活動	9 13:30 ヨガ	10 13:30 合唱クラブ	11 学生さん来所AM 10:30 川柳作り	12 13:30 卓球
13	14 自主活動	15 13:30 看護師による 健康講座『睡眠』	16 13:30 理学療法士による 健康体操	17 14:00 なかまの会	18 自主活動	19 13:30 学びの会 「自分を知ろう」
20	21 13:30 歌を歌おう	22 13:30 スクラッチアート	23【予約行事】 13:30 お庭でかき氷	24 13:30 合唱クラブ	25 学生さん来所 13:30 カレンダー作り	26 13:30 おはなしの会 14:00 登録者ミーティング
27	28 13:30 ダンスの先生による エクササイズ	29 13:30 SST	30 学生さん来所 13:30 絵手紙クラブ			

【予約行事】 ■『こころの健康展』を見に行こう！

日 時：9月5日(土) 11:00～
集合場所：イオンモール高松 シーコート
持 ち 物：昼食代(11時～フードコートで食事予定)
申込締切：9月4日(金)17:00
★スタッフは10時～16時(14時～は係の仕事)にいます。

■お庭でかき氷

まだまだ暑い日が続きます。かき氷で少しの涼を撮りませんか。
日 時：9月23日(水) 13:30～
費 用：100円
申込締切：9月24日(金)17:00



<発行元> 医療法人社団 以和貴会 ライブサポートセンター

〒761-8047 香川県高松市岡本町字上新開60-1

○地域活動支援センター I 型・指定(委託)相談支援事業所ライブサポートセンター

Tel : 087-815-7877

○就労継続支援(B型)事業所・就労移行支援事業所フワイ創造館

Tel : 087-815-7872

○共同生活援助事業所コミュニティハウス未来

Tel : 087-815-7873

○共同生活援助事業所コミュニティハウス未来式番館 高松市香川町大野835-1

Tel : 087-815-6676



LiveHP URL