

## 自炊訓練



焼肉丼・スープ



炊き込みご飯と魚の味噌汁

## 実習生さんより

約8日間、精神保健福祉援助技術実習で体験的に学ばせて頂きました。利用者様とお話したりお散歩したりできたことは私にとって宝物のような思い出です。いつかどこかで、今度は専門職としてお会い出来た時「あの時の実習生です」と胸を張って言えるよう皆様から教わったことを糧に頑張ります。本当にありがとうございました。

四国中央医療福祉総合学院 沖田志織



医療法人 敬愛会 南海病院  
自立訓練(生活訓練)・宿泊型自立訓練事業所「なぎさ」

〒772-0053 徳島県鳴門市鳴門町土佐泊浦字高砂 14-2

TEL 088-687-0067 FAX 088-683-6363

e-mail:nagisa@i-keiai.org http://www.i-keiai.org

次回の発行は、4月1日です。

# なぎさ便り

2024年新年号

## 新年のご挨拶

新年あけましておめでとうございます。

皆様におかれましては、コロナ以前の賑わいを少なからず感じながら新年を迎えられている事と存じます。

昨年は、ワールドベースボールクラシックでの侍 JAPAN の優勝、バスケットボールワールドカップに、ラグビーワールドカップでの日本選手の活躍があり、アフターコロナに明るい話題を提供してくれました。

ところで、なぎさはこの1年間で入所者が12名あり、現在は満室で施設内ではにぎやかな雰囲気の中で活動が実施されています。

また、順番待ちの方も数名おられ、なぎさが社会への橋渡しの役割をされていることに身の引き締まる思いです。

これからも、社会復帰に向けて利用される方々に、なぎさでの生活がその後の生活に役に立ったと思っていただけるように、自立生活への技能向上のお手伝いができるよう日々精進してまいりますので、今後ともご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い致します。



自立訓練(生活訓練)事業・宿泊自立訓練事業所なぎさ

管理者 森本 一樹

# レクリエーション

## 10月 フジグラン

10月2日にフジグラン北島に行ってきました。  
服や靴を購入する方や本、CDに興味津々な方などみなさん  
買い物時間を満喫されていたようでした。

その後はフードコートにて集合し昼食タイムです(^^♪  
みなさんその日の気分に合わせて焼肉丼やオムライス、たこ焼きなどを選んで食べられていきました。食後にはクレープを食べてお腹いっぱい。充実したレクとなりました。また行きたいです(^^♪



## 12月 みかん狩り

12月4日に島田島にある林農園さんでみかん狩りを楽しみました。始めに簡単な説明を受け、カット用のはさみとバケツを配ってもらいみかん狩りスタート。日当たりのよい所を目指して斜面をどんどん上っていく人、途中まで上ぼり、甘そうなみかんを選んで食べる人、皆さんそれぞれに楽しまれていきました。大体、5~6個食べる人が多く、「美味しい～」「これはちょっとすっぱかったな～」とみんないい笑顔でした。

昼食はジョイフル鳴門店に行きました。

(三澤)



# バレーボール交流会

10月14日、日本フネン市民プラザで行われた徳島県精神障がい者バレーボール交流大会に、オリーブの木・リブルとの合同のチームで参加しました。最初は緊張した様子でしたが、少しずつ慣れてきていいプレーもたくさん見られました。とてもいい経験になりました。(源田)



## 避難訓練

11月8日南海地震による津波や土砂災害を想定した避難訓練を行いました。消火訓練も行い、消火する際に気を付けること等、ためになる話を聞くことができました。

令和6年元旦に発生した能登半島地震と津波による被害に遭われた皆様には心よりお見舞い申し上げますとともに、1日も早い復旧・復興をお祈りいたします。

私も災害に備えてしっかりと準備をしておきたいと思います。



## 10月 ニュー白馬

10月16日 そろそろ温かい鉄板が恋しい季節になったこともあり、今回は利用者さん9名で「ニュー白馬」のお好み焼きを食べに行ってきました。皆さん、めいめいにお好み焼きを焼きました。ひっくり返すのは何回してもドキドキ♪しますよね。「いけるかな?」と不安そうな方もいましたが少々割れても何とかなります!(^\_^)!楽しい話をしながら美味しくいただきました(^~^)♪ (森)



## 11月 マザーズ

11月6日、鳴門市立図書館前にある喫茶店マザーズ鳴門店に行ってきました。店内を流れるジャズの音楽に乗って、優雅に昼食を頂きました。マザーズは、厨房の横にパン工房があり、焼き立てのパンがおいしくて、買って帰られるお客様も多かったです。ちなみに利用者さんも数名買われていました。また、サンドイッチやスイーツ、ちょっとした軽食もあり、量も結構あるので皆さま満足の表情でした。

ちなみに私は、マザーズブレンド(コーヒー)が好きで時々行きます。  
(八木)



# 目で見る精神保健展

11月28日、ふれあい健康館で開催された『目で見る精神保健展』に行ってきました。色々な事業所の作品や商品が売られていて、みなさん好きな物を買わっていました。また、入口入ってすぐの所に展示されてロールピクチャーは、今年もとても凝っているものばかりですごかったです。

昼食は、徳島市南島田町にある『ベリーズ』に行きました。バイキング形式で1,500円でしたが、種類も多く大満足でした！また機会があれば行きたいです。充実した1日になりました。  
(源田)

