



2021年2月号

FUNs通信

就労移行支援事業所FUNs

第05号

〒252-0233 神奈川県相模原市中央区鹿沼台2-11-6 淵野辺サトウビル2階
Tel:042-813-0809 Fax:042-813-3231 Email: info@funs2020.co.jp

出芽のために

寒気厳しき折から、お障りなくお過ごしでしょうか。日本の四季の変化は美しくもあり、時に厳しさを教えてくれます。ノルウェーには「北風がバイキングを作った」という言葉があるそうです。厳しい北風は気骨あるしたたかなバイキングを生む。困難を乗り越え、大きく成長することの例えです。

昨今のコロナ禍にあって、医学の面ではワクチンの対応や対症療法が進んでいます。ですが、あらゆる薬も根本は本人の生命力を源としています。気持ちが後ろ向きなままでは、薬の効果も弱くなってしまいます。

最近ではついつい、スマートフォンの画面ばかり見てしまいがちですが、そうすると顔がいつも下向きになっていることに気が付きます。東洋の医学では下向きの姿勢では、気持ちも下向きになるといいます。

常日頃、前向きにいることは難しいですが、落ち込んだ時には空を見上げてみるのがいいかもしれません。普段の行動へのちょっとした意識が明日を作ります。

逆風の中にあっても折れない心は、先に述べたバイキングの精神に通じます。日々変わりゆく情勢の中で、翻弄されるのではなく主体性をもって生きていくことが求められます。もちろん、一人で難しい時はひとの手を借りてもいいのです。支援機関はその手をとるためにあります。触れることがはばかれるときですが、心と心で丁寧なむきあっていきたいと思えます。

厳寒の冬を越え、春に芽を伸ばすためにじっくりと力を養っていきましょう。(山中)



2月のスケジュール

2月 行事予定

- 16日 ヘアメイク講座
- 17日 FUNs FES
- 25日 ものづくり体験会 (ペエパアネンドウ)

(ご参加お待ちしております！詳細はお問い合わせください)

こんなの食べたいでしょ！？

お正月はいかががお過ごしでしたか？我が家では、里帰りもせずただひたすらゆっくりと過ごしました。今年に限って言えば、私みたいな過ごし方をされた方も多いと思います。

「FUNs内のいろいろなNO1を共有しよう」というSSTを行ないました。その中の一つ「お餅の食べ方」についてご紹介いたします。FUNsでは「砂糖醤油」がいちばん多いご意見で、その後、きな粉餅、磯辺焼きと続きました。その中で、皆さんが興味を持った食べ方をご紹介いたします。

(油で焼いたしょうゆ餅)

材 料：もち、しょうゆ、油

作り方：①油を引いたフライパンで

パック餅をごく弱火で焼く。

②3分くらいで返し、両面に

焼き色が付くまで焼く。

③側面が膨れてきたら出来上がり。

お醤油や海苔で巻いてどうぞ。



外はパリッ。中はもちーっとしてとてもおいしいです！いつもとちょっと違う食べかたを試してみたいはかがですか？(紙谷)

編集後記

あけましておめでとうございます。私たちは、“ご利用者の就職”と“就職後のより良い生活”のご支援を一生懸命やっていきたいと思えます。これからもFUNsをよろしくお願いたします。(紙谷)

ものづくり作品レポート



ここ最近のFUNsものづくりプログラムでは、トイレットペーパーホルダー、ランチョンマットやボックスティッシュカバーなど、「事業所内でみんなで使えるものを作りたいです!」という提案のもと、ひとつずつデザインから制作まで考えて作っていただいています。

実際に作ったものを日々の中で使っていくことで、利点や改善点が見つかって、次に改良したり新しいデザインが浮かんだり…と、制作意欲が上がっています。(井川)

SSTプログラム紹介:「自分を知る」

FUNsのSST(ソーシャルスキルトレーニング)は「自分を知る」「心の声を聴く」を目的に取り組んでいます。

『自分を知る』プログラムは、グループワークで行い、自分の内面と外見、他者から見た内面と外見の印象を書き出してもらい、照らし合わせていきます。自分の知らない一面や、他者からの印象を知ること、新たな発見、自信に繋がっていくと思います。後々、就職活動を行う際の面接練習や書類整理にも繋がっていく、とても大切なプログラムです。(鈴木)

スタッフリレーコラム

ものづくりを担当しています。会社でも私生活でも、ものづくりをしている状況になりました(笑)。ウッドデッキの塗り替え、収納ピッタリな棚を作ったり…なんでも作ろうと思っています。

どんどんHandmadeの楽しさが広がっていくと良いなと思いつつ、日々腕を磨いています。

父が家の物を何でも作るのを見て手伝っているうちに、私も作ることに楽しさを知り今に至っています。今後は利用者の皆さんのお手伝いになっていきますので、楽しさを伝えていきたいと思つています(井川)



Fuchinobe Unique Navigations Info

簿記検定のススメ!

FUNsの特色は様々ありますが、意外に知られていないのが『簿記』。事務系の仕事を探したい方には、覚えておいて損はない資格です。商業簿記・工業簿記を順に学習していただけるのですが、同じ簿記と名が付くものの、まったく違うものになります。

『簿記』を教えたい。もともとここから始まったFUNs。2年の期間を就労活動と簿記資格習得に費やすのは、決して無駄ではないのではないのでしょうか。(紙谷)



プロのメイクアップアーティストに学ぼう

プロのヘアメイクアーティストの講師をお招きして、メイク講座を実施しました。テーマは「自分の顔の系統に合ったメイクを知ろう」でした。

顔の長さで大人顔か子供顔かが分類した後、顔のパーツや配置の項目を確認して自分の顔のタイプを診断。顔のタイプはクール・キュート・エレガント・フレッシュの4つに分かれるそうです。

講義中ずっと講師の繊細な技術に感嘆でした。

メイクが苦手だと仰っていた利用者様もいらっしゃいましたが、やってみるとすぐ楽しくなりました。次回はなりたい顔に近づけるメイクです。

皆さんのなりたい、あこがれの顔を教えてもらうのが今から楽しみです。(金崎)



リラックスしてます?

緊張をほぐしなさい!リラックスをしない!というアドバイスを受けたことはないですか?

人それぞれ、リラックスの“動き”があるようなのです。ちなみに私は正座するとフッと息が抜けるのです(紙谷)