



2021年4月号

FUNs通信

就労移行支援事業所FUNs

第07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

褒めるチカラ・称え合うチカラ

桜の花びらが舞う季節です。出発や旅立ちを連想させる桜。その淡い色味を留めおこごと、桜の花びらを集めてみます。集まった花びらで染め物をしようとおもって、さあ、やってみようと思っても、うまく色が付きません。桜染めには幹や枝を使います。茶色い樹皮を煮詰めると花びらよりも色が出てくるそうです。

桜の花が美しい、と4月に思っても、夏の葉桜やましてや冬の枯れた桜に4月と同じ美しさはなかなか気づけないものです。桜の花芽がつくのは（花芽分化期）は夏の7月～8月頃で、花が咲いたあとに伸びた枝に作られ、翌年に開花するそうです。ひらひらと舞う美しさは内側でどんどん育まれて、咲き誇るということです。生命力や力強さを感じます。

自分の努力は他の人の目には見えないことが多い気がします。見えない努力は桜の茶色い幹の中にある、本当の色に似ている気がします。見えない努力に気づいてもらえたときは嬉しいものです。他者のミスのように目がいてしまうのが人間です。しかしながら、よきビジネスマンは他者を良く褒めるそうです。いいところを見つけることは、能力というよりはスキル（努力で身につくもの）と言われています。仕事はチームで取り組むことがほとんどです。スタッフ、利用者さん共々、褒め称え合う力、高めていきたいと思えます。



1年前の努力はそろそろ花を咲かせるかもしれません。新年度、この1年間の努力はまた未来に花を咲かせるでしょう。気持ちも新たに支援に取り組んでまいります。

（山中）

4月のスケジュール

4月 行事予定

- 14日 FUNs FES
- 22日 ものづくり体験会（石膏ねんど、レジンを添えて）
（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！？

私の出身愛媛のお手軽郷土料理をご紹介します。

色んな鯛めしがある中で今回ご紹介するのは比較的簡単な宇和島鯛めしです。宇和島は漁業が盛んな漁師の町です。新鮮な鯛が手に入る宇和島ならではの鯛めしです。

材料 1人前鯛のお刺身・ごはん・薬味（大葉、ネギ、ゴマ、刻みのり等お好みで）、合わせ調味料（酒・みりん・醤油…大さじ1、だし汁…30ml）生卵…1個

作り方

- ①合わせ調味料を鍋に入れて、混ぜ合わせ中火で一煮立ちしたら冷ましておく。
- ②冷ました①と卵を混ぜ合わせる。
- ③②に鯛のお刺身をからめて漬ける。
- ④お茶碗に熱々のご飯をよそい、その上に③の鯛を盛り付ける。お好みの薬味をトッピングして召し上がれ。



漬け汁をご飯にかけてもおいしいですよ。ちょっと贅沢な卵かけごはんのイメージです。（金崎）

編集後記

この記事を書いている今、近くの鹿沼公園では、桜のトンネルが出来ていました。ここから花が落ちて葉桜になるまでずっと楽しめるのが桜の良いところ。私にははるばる長く楽しめる春の風物詩です（紙谷）

ものづくり作品レポート



最近、編み物クラブ発足！？まして、編み物が流行っています。まずはかぎ針の持ち方から始め、毛糸の持ち方を覚えました。毛糸は意外に『えっ！？』というくらい緩く優しく持ちます。力を込めて編んでしまうと次の針を入れるときにきつくて入れないためです。最初はここから。少しずつみんなで進めていっています。編みもの…奥が深く、覚えてしまえば没頭できる為、とても集中できて良いです！

なんといってもおすすめポイントは、一目一目編んでいく工程でどんどん出来上がっていくのが目に見えて面白いのです！編み物クラブ、会員募集中です！（井川）

選択プログラム紹介：「WORD上級講座」

「差し込み文章」という技術講座を行ないました。教えたスタッフ側としては、就労した際に使えた方が良く、と思って開いた講座でした。時間の余裕も今回はあり、その日の内に復習ができたことも含め、講習した方からは「覚えられました」と良い反応が返ってきました。その後、ひとりの利用者から「これ上級編だから」とつぶやいたのを聞いて「おおお」と大きな歓声。上級でもすんなりできるんだと自信につながった瞬間でした（紙谷）

スタッフリレーコラム

先月に引き続きスポーツの話題です。私が紹介するのは「ピククルボール」。テニスとバドミントン、卓球を足して3で割ったようなスポーツです。プラスチックのボールを使って行う室内テニスのようなものですが、パコン、パチン、と乾いた良い音が響きます。私が会長を務めるチームには、20代から80代までの総勢78人のメンバーがいます。老若男女問わず、同じコートで汗を流しています。



噂によると、2028年のアメリカで開催されるオリンピックの種目になるとかならないとか。オリンピック選手目指して頑張ります!?(紙谷)

Fuchinobe Unique Navigations Info

在宅支援の経過報告

コロナ禍でのFUNsの取り組みの一つ「在宅支援」。動画の数もだいぶ増えてきました。就労は一つの通過点です。働くことはもちろん大事です。それプラスその人らしくある為には、余暇やリフレッシュも必要だとFUNsは考えています。先日、簡単に出来るリフレッシュ法としてハンドケアの動画を作製しました。仕事の合間にできるセルフケアですので、ストレスの軽減に繋がれば良いと思います。

FUNsの特色である個別プログラム「したいをできる」「その人らしく」を在宅でどのように提供できるか、日々、試行錯誤です。現在、秘書検定やMOSを在宅で取り組んでいる利用者様がいらっしゃいますので、進捗などしっかり聞き取りをして進めていきます。在宅でも決して一人ではないことを伝え、支援していきたいと思います。（金崎）

就労準備の心得

就労準備の心得とはなんだと思いますか？いろいろあると思いますが、私が今まで企業の方、人事の方、利用者さん、スタッフから聞いた事、これまでの経験からの内容をお伝えしたいと思います。

①挨拶 ②メモを取る大切さ、③スピードより確実さを優先 ④無遅刻無欠勤に対する心がけ ⑤分からないことは勝手に判断をせず、聞くことが大切 ⑥自分の良いところ、得意なことを知っている ⑦働くうえで配慮してほしい事を整理する力、伝える力 ⑧自分のストレスの要因 ⑨ストレスサインと対処法 ⑩相談する 一人で抱え込まない ⑪自分の事を知る 自分を褒めて認める・・・

他にもいろいろあると思いますが、就労準備の心得は、働く、社会に出る為に必要な力を身に着けることだと思います。

パソコンや仕事のスキルといった職業スキルをつけ、自信をつけていくことと同時に、働くうえで必要な力を是非FUNsと一緒にとりくみませんか？就職することが目的で無く、働き続ける事が大事だと思います。（鈴木）

セルフケアの充実

K-STEP（川崎市）の研修に参加させていただき、セルフケアのサポート拡充を目指しています。セルフケアのスキルは就職後に役立ちます。本格導入に向けて、少しずつ挑戦していきたいです。（山中）