

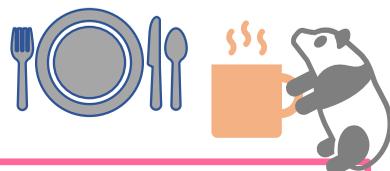
## 【調理実習】

野菜ポトフ&ツナの炊込みご飯&フルーチェのキウイぞえ



今回は「手軽に作れる旬のメニュー」をテーマにメニューを考えました。時間が短い中でも電子レンジを使って時短調理のおかげでしっかり煮込めました。そしてツナの炊込みご飯は味が濃厚でうまい！旬のキウイをたくさん乗せたフルーチェがさわやかで全体的にバランスの取れたものに。1人暮らしでも作れると実感できるレシピです。実際に作ってみてポトフも炊込みご飯も想像していたより簡単との声が多かったです。

## 【むすび深町からお知らせ】



むすび深町では、自立訓練（生活訓練）通所利用者と、宿泊型自立訓練の新規入居者を募集しています。2025年の春に、むすび深町を卒業されていく方々が予定されています。ご利用をご検討される方は、ぜひこの機会にお問い合わせください。小規模の特性を活かして手厚い支援を行っております。ぜひ宿泊や通所の体験にお越しください。担当：加藤 服部

〒990-2462

山形市深町1丁目4-13

TEL: 023-666-4471

FAX: 023-666-4472

E-mail: musubi-f@klala-net.jp

特定非営利活動法人 あじさい

★土日祝日も通所のカリキュラムを実施しています。

むすび深町のHPこちら↓



# 広報誌

2025年2月号

## 自立訓練（生活訓練）

## 宿泊型自立訓練

## 相談支援事業所

# むすび深町



大雪ですね。利用者みなさんが自分から雪かきを手伝ってくれています。おかげさまでむすび深町の駐車場はすっきりしています。

## みんなで トランプゲーム



「なんのゲームをするの？」  
「それはどんなルール？」  
「みんなでこうしてみよう？」

自分達でゲームを決めて、分からない人には分かる人がルールを伝えます。  
ルール説明に行き詰まったら！  
「だれか教えてください！」と、お願いもしています。

ゲームをする中で、  
「相談」  
「聞く」  
「伝える」  
「助けを呼ぶ」  
そして「楽しむ」！  
コミュニケーションがいつの間にかできるようになっています。



## ご紹介します！

## 活動の時間 @むすび深町

## Activity with Joy

1人でもOK、何人でもOK。  
ゲーム・工作・調べもの・読書  
などなど  
さあ、今日のあなたは  
何をしますか？

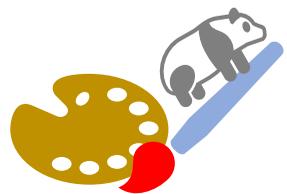


## 知らない事を 教えてもらう



「市役所までバスで行きたいんですが…」実際に行動したことがある利用者さんから方法を聞いています。聞いたことはしっかりと、メモをして…

「聞く」  
「伝える」  
お互いに確認し合います。言葉だけでは伝えることが難しい…周りにあるものを使って、それを見ながら説明することができました。「伝える」ことがうまくできていました。



### 利用者の声

他の方とお話することが好きです。活動の時間は、他の方とのコミュニケーションがたくさんできるようになり、楽しいです。

## 1人で 軽作業



自分の得意なことを、黙々とする。周りの環境音等がある中での作業をしています。自分の得意なことを見つけて、**苦手な環境音のある中でも集中して作業をすることができました。**

### 職員より

素敵なことに、活動の時間を通して利用者の方のみなさんのコミュニケーション能力がどんどん向上しています。ここで紹介したようなことをいつの間にか実践し、そして、いつの間にかできている。そのことを職員から利用者の方のみなさんに伝えると、「できていることを気が付いてなかった！」と驚いている方がたくさんいます。活動では「頭で考えずに、まずはやってみよう！」と動き出すので、気持ちも軽く取り組むことができるようです。これからも継続し、「いつの間にかできている」ことを見つけだし、職員が伝えることで、利用者さんの自信につながる。そのように支援していきます。

### 利用者の声

机の上でのカリキュラムでは、自分がしたいことが見え、気持ちが重いことがありました。活動の時間が多くなり、自分のやりたいことをゆっくりと探し取り組むことができるようになりました。気持ちも軽くなりました。

### 利用者の声

午前中で疲れて精一杯でしたが、活動に参加することで、午後も少し利用できるようになりました。机の上だけよりも、楽しく過ごすことができています。

