

こころベース通信

Vol.43

2026 年
9 月号

こころベース通信では、日々の活動や行事について紹介させていただいております。

☆☆☆☆お口の健康の話をききました☆☆☆☆

8月5日、大阪の太成学院大学歯科衛生専門学校の黒崎先生をお迎えして、お口の健康の話をききました。口の中には砂糖の好きな虫歯菌が沢山いるので、歯磨きをすることと砂糖を含む食べ物を長い時間食べ続けられない事を教えてもらいました。また、食べる時に30回噛んで食べることや、唾の役割とよく出るマッサージについても学びました。食べ物別の噛む回数クイズが面白かったです。



△▼△ひんやり水ようかんチャレンジ! △▼△

7月のおやつ作りでは、火加減の調整や型に流し込む丁寧な作業の習得を目的に、夏の定番「水ようかん」に挑戦しました。利用者さんからアイデアを募り、定番のあんこやかぼちゃのほか、ミルク餡やカフェオレといった変わり種まで4種類の味を分担して作成。今回は「こころワークス」のメンバーが「こころベース」の方々に指導する形で進行了。参加者からは「初めてで緊張したけれど、みんなで作れて楽しかった」「カフェオレはコーヒーの粉を入れてすぎて苦くなってしまったので次回調整したい」といった声上がり、手応えと課題の双方を得られる良い機会となりました。



◎●◎●お琴で交流しました◎●◎●

8月19日、医療法人輝生会ルミエス松が丘有料老人ホームの皆様と、お琴を通じて交流させていただきました。橘高先生による演奏で、『ふるさと』『村祭り』『上をむいて歩こう』などみんながよく知る曲を一緒に歌って楽しませていただきました。

後半はホーム利用者様の前で、お琴の体験演奏にも参加し、良い経験をする事ができました。



👉裏面もご覧ください



☆☆☆☆計算するトランプゲーム第2弾☆☆☆☆

こころベースではトランプに計算の要素を採り入れたゲームを行っています。今までは『足して10になる神経衰弱』で楽しみながら足し算をしていましたが今回は第2弾として『足して14になるババ抜き』でみんなで楽しみました。いつもは足して10でしたが今回は足して14。戸惑う利用者さんもいたので足して14になる組み合わせ一覧表をホワイトボードに書いてゲームをしました。ゲームを何度もしていく中で足して14になる組み合わせを覚えていく事ができました。

●◎●2か月に1度の『外食の日』●◎●

8月25日、みんなで出かけて昼食を食べに行きました。今回は『すき家』『魚忠』『麺匠くろき』の3グループに分かれていましたが、ラーメン屋さんは今回も残念ながら休業日だったので、『餃子の王将』に変更。ラーメンの口になっていたのが皆、ラーメンをオーダーしていました。

それぞれ好きなメニューを頼んで、ワイワイ楽しく昼食を楽しみました。



☆☆☆☆☆メルカリで経営を学ぼう！！☆☆☆☆☆

メルカリ販売の取り組みを通して、利用者さんそれぞれが新たな学びを得ています。出品商品のスライムキット制作では「ひんやりした触り心地が気持ちいい」と楽しみながら作業を体験。また、目を引くPOPを作成・掲示することで「コーナー全体が見やすくなった」と工夫の成果を実感できました。単に売上を伸ばすだけでなく、作業一つひとつの目的を意識し、仕事に役立つスキルや学びへとつなげられるよう、就労移行支援（こころワークス）で意識改革を進めています。今後も成長を目指して取り組んでいきます。

◆◆◆◆◆ 編集後記 ◆◆◆◆◆

残暑お見舞い申し上げます。

今年は「これでもか」と台風が繰り返しやってきて蒸し暑い日がずっと続いていますね。とはいえセミの声は消え、叢の虫が鳴き始めて少しずつ秋の気配を感じるようになりました。そんな中こころベースに新しい仲間が1人増えました。賑やかで楽しい秋になりそうです。皆様の秋はどんな秋になりそうですか？



実家の畑で捕えたコオロギたちを泣き始めました。