



美味しく・楽しく！(サン・ワーク緑町クリスマス会)

## 2025年スタート！

2025年がスタートしました。皆様「奇跡の9連休」はいかがお過ごしでしたか？ 当社スタッフは「ゆっくりしていた」「プチ旅行に行った」「久しぶりにゆっくり帰省した」「体調を崩して寝込んでいた(泣)」など、実に様々な過ごし方をしていたようです。

さて、「1年の計は元旦にあり」と言いますが、今年の目標はたてましたか？ 良い1年にするためにも「目標=ゴール」は大切です。まだ決めていない人はぜひ1月のうちに考えてみてください！

本年も何卒よろしく願いたします。

## News

ジェニューインからのお知らせ

### Webサイトリニューアル

先月末にサイトリニューアルを行いました。すべて社内のリソースで行いましたが、今回はサーバーの乗り換えも行き、年末年始の日程優先で実施しましたので、まだ若干の修正作業が残っていますが、各事業所とも現状に即した内容に変更しております。今後も継続的に更新をしていく予定です。

URLは変更ありません。ぜひご覧ください。

### 感染予防徹底のお願い

報道等でご存じかと思いますが、インフルエンザやコロナなどが大流行しています。これまではインフルエンザA型が猛威を振っていましたが、これから2月にかけてB型が大流行するという予測も見られます。感染予防のため、以下の点にご協力ください。

#### < 普段の感染予防 >

- ・うがい、手洗い
- ・人に移す可能性が考えられる場合はマスク着用
- ・睡眠や栄養確保
- ・体調が悪い場合（本人、ご家族）は早めに申告

以上、皆様のご協力よろしく願いたします。

## Column

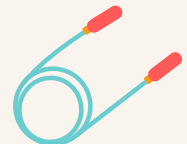
セラピストのひとくちコラム

### 縄跳び

最近サンジュニアでは、縄跳びに励んでいるお子さんが増えています。休み時間に縄跳びチャレンジがある学校があるようで、二重跳びが何回もできるお子さんもいます。学校では必須と言ってもいいほど縄跳びの機会があり、私も小学生の頃は何回できるかたくさんチャレンジしてきました。お子さんによっては動きがちぐはぐになってしまい、上手く跳べない、ということもあるかもしれません。

縄跳びをするのには、「縄を自分で回す」「自分で回した縄のタイミングに合わせてジャンプする」を繰り返す必要があるので、みなさんが思っているよりもお子さんにとっては複雑な動きになります。特性によっては、2つのことを同時にすることや、タイミングを合わせて跳ぶというボディイメージが分かりづらいこともあります。

縄跳びをする手順としては、①縄を持たずにジャンプする、②片手に縄を持ち回してみる、③両手に縄を持って前に回してみる、④実際に跳んでみる、の順で徐々にレベルアップすることで、やりやすくなると思います。もしお子さんが縄跳びに苦戦しているようでしたら、上記の手順で試してみてください。



事業所だより

# Journal

You are never too old to set another goal or to dream a new dream.

新たな目標を設定したり夢を見るのに歳を取り過ぎているということは決してない。

C・S・ルイス / 『ナルニア国物語』作家



## スケジュールに取り組む大切さ



皆さんは朝起きて、まず何を考えるでしょうか？

今日の予定を確認し、何時までに何をすれば良いか、どう動けば効率的か、やらなければならない事ややりたい事など、その日を充実させるためのスケジュールを自然と考えているのではないのでしょうか？ 発達に凸凹のあるお子さんたちは、時間の流れを理解するのが難しく、いつでもどこで何をすることが分からず混乱することが少なくありません。

そこで活用してほしいのが、目に見えない未来の予定を目で見て確認できるように示すスケジュールです。絵カードや写真、文字などスタイルは様々。お子さんが分かる方法で示します。お子さんが次に何をすればいいのか、どんな予定がやってくるのかを知る手がかりとなり、不安感を和らげスムーズな行動へつなげられます。急な変更や中止をお知らせするのも役立ちます。縦長のスケジュールボードであれば上から下へ、横長のスケジュールであれば左から右へと時間が経過していきます。いつになれば自分のやりたい事ができるのか、その時間を楽しみを待つ、待つことが難しいお子さんにも目で見て確認できる方法は有効です。

今年は何んな年にしようか、楽しいことたくさん良い一年にするために、お子さんと一緒にスケジュールに取り組んでいきたいと思えます😊



## レッツエンジョイ！メリークリスマス！

12月25日といえばクリスマス。子どもたちにとっては何よりのワクワクイベントです。長かった2学期を終えた子どもたちは、皆楽しみが隠しきれない笑顔浮かべながらSunを訪れました。そう、この日のSunでは待ちに待ったクリスマスパーティが開かれていたのです！プレゼントをゲットするためには、子どもたちは様々なアクティビティをクリアしなければなりません。Sunらしき全開のワクワクでいっぱいアクティビティは、サイコロを使ったなんちゃってカジノという雰囲気全開のブースもあれば、ぬいぐるみや新聞を使って手先や頭を使うもの、風船リフティングで記録に限界まで挑戦するストイックなものなど、職員の個性と遊び心が全開です(笑)プレゼントが掛かっているため、普段の活動以上に真剣な表情でチャレンジに臨む子どもたち。特に風船リフティングは上位3人に入るという目標があり、どんどん伸びていく上位保持者の記録に「すごい！あれ誰の記録?!」と笑いながらも負けずに挑戦し続けていました。

その後のビンゴ大会も大盛り上がり！ジュースで乾杯し「楽しかったね!」「自分はこんなプレゼント貰ったよ!」とお話に花を咲かせていました。おやつケーキを食べながら「僕、家に帰ったらまたケーキ食べるんだよ」とニコニコでこっそり教えてくれたお子さんもいました(笑)この日の子どもたちの笑顔は、今まで一年頑張ってきただけあり、本当に温かく輝いていて、まるで私たち職員の方がプレゼントを貰ったような気持ちでした。小さなサンタたちが、また来年元氣な笑顔を見せてくれるのを、職員一同楽しみにしております。



## サン・キッチンと一年の締めくり

今回は、毎週金曜日に行っている「サン・キッチン」の取り組みと、一年の締めくりについてお伝えさせていただきます。

調理の楽しさ・難しさ、意義を考えることを目的として今年度から開始したレッスンです。これまでも季節や行事を交えながら、食の大切さを伝え、生徒さん自ら調理を行いました。そして昨年12月27日、サン・ワーク年内最後のレッスンでは一年の締めくりとして、年越しそばを作りました。つゆを作り、乾麺を茹で、薬味を切り、卵を割ってもらい…これまでのレッスンの集大成とも言えるものでしたが、生徒様で率先して活動を行ってくれました。食べた後はお片付け。洗い物やごみ捨て、分別…生活を送る上で必要なことを練習します。

最後に一年の締めくりとして、皆に質問をしました。①今年がどんな一年だったか②来年の目標について。皆悩みながらも、答えを出そうと考えていました。その姿にも成長を実感します。そして大切なのは、自分なりの目標を設定し、一步一步着実に進んでいくことでしょうか。来年の今頃、達成感と満足感を感じられる一年にしていけるようサン・ワークとして生徒様の支援をさせていただきます。今年も宜しくお願い致します。



## 緑町クリスマス

12月26日の全生徒が冬休みに入った初日に今年もクリスマスイベントを行いました。班に分かれポトフ、から揚げ、ポテト、サンドウィッチ、ドリアとたくさんの調理を行いました。生徒達も大変満足したようで「ケーキが入らないくらい食べてしまいました。」と話す生徒もいました(笑)今年もおかげさまで、子どもたちと一緒に楽しいひとときを過ごすことができました。皆様のおかげで、温かい雰囲気の中で素晴らしい時間を共有できたことを心より感謝申し上げます。また、保護者の皆様のご協力いただいたおかげで、無事に会を終えることができました。来年も楽しいイベントと一緒に作り上げていければと思いますので、引き続きご支援いただければ幸いです。

今年もあつという間に過ぎ、年末を迎えました。この一年、保護者の皆様には多大なるご協力と温かいご支援をいただき、心より感謝申し上げます。お子様たちが日々成長する姿を見ることができ、私たちにとても大きな喜びでした。来年も引き続き、皆様と共に素晴らしい一年を作り上げていけるよう努力いたしますので、どうぞよろしく願いいたします。



## イベント充実の12月！

12月はイベントが盛りだくさんでした！まず、IT講師が何か月に渡り、開催していた「事務職への道」講義イベントがついにラストの回でした！事務職やIT職を目指す方が多いので、皆さん興味深そうに講義を聞き、質問をたくさんしていた印象があります👉次に昨年に行った、ハローワーク主催の「障がい者就職面接会」に参加しました。Gメッセで行われ、各々が面接会の雰囲気を感じたり、実際に企業面接を受けた方もいて、良い経験になったと思います🌟練習では感じられない実際の雰囲気を感じるということは本番に向けて大事な事ですね👉最後に、今年はクリスマス&忘年会を開催👉大掃除をした後に開催し、普段関わりのない利用者さん同士でお話をしたり、おいしいものを食べて、2024年の振り返りや、苦勞などを忘れ、楽しむことができていました👉これからも新しいことにチャレンジし、様々な講座を展開していきます！改めて、昨年度は大変お世話になりました。本年も引き続きサンキャリアをよろしくお願いいたします👉

利用者さんからの年賀状

