

vol.123

発行元 NPO法人羽ばたく会
発行日 令和5年7月26日

絵手紙教室

2
1
3

防災訓練

3
1
4

七夕

5

新会員紹介
新職員紹介

6

さえずり通信
印刷タイムス

7

今期予定・
賛助会費のご寄付

8



めじろだより

特定非営利活動法人羽ばたく会

身体障がい者の社会参加と活動の場

めじろだよりは
めじろ作業所の
通所会員が、
めじろで起こる
様々なできごとを
面白おかしく
ときに切なく綴った
活動報告です

info@mejiro-s.com
特定非営利活動法人 羽ばたく会

MEJRO
めじろ作業所
http://www.mejiro-s.com
Copyright(C)2009 MEJRO SAGYOSHO. All Rights Reserved.

絵手紙教室

絵手紙教室 感想文

原嶋 隆成

絵手紙教室の感想文 高野 英昭
5月15日(月曜日)の午前と午後
にわかれ、待ちに待った絵手紙教室
がひらかれ、午後通所なので午後に
参加した。題材はちょうど「カーネ
ーション」の時期でした。平野先生
から絵手紙には上手い下手はないと
前から言われていたので、大胆な
「カーネーション」を2枚描きまし
た。また六月の絵手紙教室を楽しみ
にしています。

絵手紙の感想

垣内 弘

絵手紙紫陽花、土器の種類、葉、
土器の色または、違う色としてしま
ったのが、残念。

絵手紙教室について

林 千佳子

絵手紙と私の初めての出会いはいも
う40年以上も前の事になります。し
かし、その頃は手習い程度の事で、
趣味で描いたような物でした。描く
こと自体が好きなので夢中になりそ
うでした。

久しぶりの絵手紙教室

月岡 昭彦

先生とはよく会います。バスと僕
のよく行くイトーヨーカドーが多い
です。

久々の絵手紙教室でどんなことや
っていたのか思い出すのに時間がか
かってしまいました。と言っても僕
の頭の中の時間の話です。

前の僕は地味な感じでしたが、新
しい僕の作品は大胆になった気がし
ます。今回は、2枚も書きました。

前の僕の作品は、地味！今回は、
だいぶハガキのみだし方が分かっ
てきたと思います。

手話教室の時と同様「この感じが
帰って来たな」というのが第一の
感想でした。
色々と思い返すとときりがないけ
ど、前よりも「これがしたい！」つ
て決断までにかかる時間はだいぶ短
くなったと思うので、その長所を
生かしてこれからも絵手紙を続けて
いきたいと思っています。

絵手紙の感想

竹下 博幸

5月15日(月)絵手紙教室に参加
しました。ちゃんとした教室は久し
ぶりなので、やり方がチョットぎこ
ちなかったですが、時間内に作品が
できました。お題は、カーネーショ
ンでしたが楽しく参加できました。
ありがとうございました。

6月19日(月)に二回目の絵手紙
教室に参加しました。展覧会用に絵
を描いたのですが、時間が短く感じ
ましたが深く考えないで絵をかきま
した。まだ慣れてない分手探りで参
加していますが、リフレッシュでき
ました。良かったです。

本格的に先生にいらしてもらい習
う事となりました。以前は水彩画教
室などあったのですが、やはり自分
にぴったり合っていたのは絵手紙教
室です。そんなこともあるので、絵
手紙の日は私にとって楽しみの時間
です。失敗したと思っても、最後に
落款を押すことによって絵が引き締
まり、一つの立派な作品になる事も
楽しみです。描くモデルをチョイス
するところから勝負が決まります。
今回は縄文時代の風景を頭に描き
ながら埴輪の馬を描きました。小さ
く情けない可愛い馬になりました
が、それはそれで個性があつて良い
と思います。

防災訓練

防災訓練(防災食の試食)

羽鳥 香之

カップラーメンの試食をさせてい
ただきました。初めてでしたが、最
近の防災食のカップラーメンは水で
も戻せるので、非常時にお湯が沸か
せなくても食べられるんだなあ…と
思いました。

アルファ米も同じですが、水で
一時間は、非常時には助かると思
います。非常時にお湯が作れないと普
通のカップラーメンは食べられませ
んが、そこは工夫されているなど思
いました。

味は少し塩味が強いですが、何日
か非常用乾パン類食べていたら欲し
くなると思います。麺も固めではあ
りませんが、博多豚骨ラーメンのバリ
カタ麺食べている感じでいけばOK
かと思いました。
家に持ち帰ったアルファ米も試
したいと思います。

保存食を食べて

西田 啓治

10年前くらい、会社で期限切れ間
近の保存食を食べた。乾パンと水と
肉の乾いた物。食べれた物じゃない！



今回は、ラーメン。美味しかった
の一言！お湯で5分。水でも50分。
麺は硬かったが、だしは美味しかっ
た。あんなのを食べなきゃいけない
時が来ないことを祈る。

防災食を味見

月岡 昭彦

防災食は、味噌ラーメンで味はけ
っこう濃くて薄めのチャーハンが欲
しくなりました。作り方の分量が間
違っているのかと、作った職員をう
らみそうな思いが頭によぎったが、
非常食は、味が濃くていいのかわし
れない。

防災食試食会の感想文

高野 英昭

5月24日(水曜日)の午後2時ご
ろから防災食の試食会が行われた。
いつ起きるか分からない地震のニュ
ースが報道されて今月に入って、石
川県の能登半島の強い地震があり、
近頃でも東京の離島などの伊豆諸島
でも緊急地震速報が流れてきた。

めじろ作業所で備蓄してある味噌
味のカップラーメン(ちよっとかた
かったが)試食会に出された。皆で
美味しく食べられた。



防災訓練

原嶋 隆成

今回の防災訓練は、防災食として支給されるインスタントラーメンの試食をしました。防災食ということ忘れて完食。まあ、お腹が減ってたっていうのもあるんですけどね。(笑) いざ災害が起きた時に食料がある有難みも感じる一時でした。

防災食を試食した感想

池田 邦夫

市販のインスタントラーメンと同じで、職員がラップから麺を取りはずして容器に麺を移して試食しました。やはり私は腕に障害があるので、カップラーメンの方がふたを開けお湯をそそぐだけのほうが自分はいいと思います。

防災食試食会の感想

竹下 博幸

5月24日(水)に防災食の試食会がありました。食べたのは、ラーメンで備蓄品とは思えない味でした。年々と色々な備蓄品が出て味も昔と比べて良くなったなあ〜と思いました。良かったです。

防災食の試食会について

林 千佳子

作業所で常備している防災食を交換する前の試食会です。今回はお米ではなく麺類でした。大きめ深型プラ容器に濃い醤油の麺で一食分配られました。普段インスタント麺を食べ慣れている人は災害時でも食が進む若い人向けの献立だと思いました。かやくも一応普段の物以上にキャベツわかめ等と沢山入っています、味も変わりません。ただ、災害時となると食べ終わった後の処理は大変と思われました。レトルトを食べたとしても使った皿に残飯が残ればきれいではありませんが、汁物は、塩辛ければその後を思えば災害時に大切な水も飲みたくなるだろうから汁を残すことも多いだろう。総合的に考えても選ぶなら、今まで食べたご飯のピラフや五目ご飯の方が良いと思われました。飲み残した汁は紙などに吸わせて捨てると予想しても、後々の事を考えると災害時にたまに出る特別な献立と思いました。

普段用意する非常食の中に果物の缶詰など甘いオヤツ的な物は嬉しいと聞きます、そんな種類と思いましたが、皿の問題ならラップ一つで使い回しは可能です。

防災訓練の感想

高橋 庸介

今回は、非常食のラーメンを試食しました。

日頃から、いざという時に備え非常食を蓄えておいたり、避難先を確かめておくなど、色々準備しておいた方がいいかと再認識しました。

避難先の確認や、日頃の防災訓練にも積極的に参加していこうかなと思います。

自助・共助・公助を念頭に置いて行動できるように心がけたいです。

七夕 感想

竹下 博幸

7月7日(金)に七夕に参加しました。毎回の事ですが、願い事は「安定した仕事に就けます様に」と書きました。この年に成っているいろいろ考えますが、自分の気持ちを再確認できるいい機会だと思います。良かったです。

七夕

木村 泰志

7月7日の七夕の日に短冊に願い事を書きました。

僕は字がうまくかけずに何回も書き直しました。

その後、さえずりのテラスで写真は、2ポーズで撮りました。

七夕の感想

高橋 庸介

七夕の短冊にお願い事を色々書きました。みんな、色とりどりの紙に願い事を書き、さえずりのテラスに飾りました。

ごくありきたりなお願い事にいつもなってしまうので、めじろ作業所でみんなと楽しく活動できればいい



なという思いを乗せて、願い事をいくつか書きました。

一年間、充実した日々を過ごせるように、健康と思いやりを心がけて生活していきたいです。





さえずりに新しい職員が加わりました♪
お客様に居心地よく過ごしていただけるよう、スタッフ
一同、力を合わせてより良いお店づくりをしています。

さて、最近の店内はお陰様で満席になることが増え、賑
やかに営業しております♪
確実にご来店いただくためには、ご予約をお勧めします。
お気軽にお問い合わせください♪(Tel. 042-444-8818)

お客様からのメッセージ

★気持ちが良いです

テーブル周りなどすべてが清潔ですごく気持ちが良いで
す。
細やかなお心遣いがいろいろなところから感じられます。
ケーキもとっても美味しかったです！

★手作り品も気になりました

ホットサンド・ケーキ美味しかったです。
ドリンクもよかったです。
手作り品で気になる作品がありました。また来店させてい
ただきます。

★とっても美味しかったです

国領神社の藤の花を見に行き、お店に立ち寄りしました。
丁寧に作られたきまぐれサンドイッチ、ホットサンドとっ
ても美味しかったです。
一緒に来た母も手作りでこんなにおいしいサンドイッチは
初めてと喜んでいました！

★雰囲気が素敵

初めて立ち寄らせていただきました。
落ち着いて過ごせる雰囲気が素敵でした。
とても美味しかったです。

★季節ごとの折り紙

季節ごとに変わる店内の折り紙楽しみにしています。
今の時期は紫陽花でした。かえるさんも素敵です。
店内の生花も素敵で、美味しいコーヒーとケーキをいた
だきました。

★落ち着ける空間

ゆったりと落ち着ける空間でよかったです。
スタッフさんが丁寧にオーダーを取ってくださったり、荷
物置きのカゴを教えてください、親切でうれしかったです。

Tel 042 (444) 8818 <http://cafe-gallery-saezuri.jimdo.com/> Open 10:30 Close 17:00 (last order 16:45)

新会員紹介

○小林 琴人です！

昔、運送屋さんだった。

トラックが好きで22〜43歳位まで
乗っていたのだが、その出向して
いた会社が潰れて、誰かに紹介され
て、別な運送屋に行ったのだが？
2トン、4トン。乗れるのだ。

大型免許も持っている。

長距離も好きだし

遂には2〜4、5日くらいで、日
本横断した。

福岡〜青森が？ 遠かった。40
00キロだったかな...??

そのうち、時間、曜日？ 解らな
くなって、気が付いたら？どっかの
病院だった。

そこで？治されたんだが？ なん
か、シツクリ行かないのだ...?

それで、イロイロとあって、めじ
ろさんで、仕事をさせてもらえたら
と思っここに来たのだ。

運送屋さんで？「階段、積み込み、
荷造り、梱包、箱詰めなど、全部や
っていた。海外便、倉庫入れ、引っ
越し、など...」

○気持ちを込めて作業します。

太陽の元気を頂きながら作業をし

ます。皆さまどうぞよろしくお願
いいたします。



○この度、めじろ作業所に入所する
ことになりました、松岡瑛司です。

趣味は、映画・音楽鑑賞です。後

は、カラオケ・ボーリング・ドライ
ブ・旅行です。最近是小田急ロマン
スカー・江ノ電に乗り、鎌倉・片瀬
江ノ島・小田原・箱根に行つて来ま
した。カラオケは、色々な歌を歌い
ますが、好きな女性アーティスト
は、浜崎あゆみで、男性アティス
トは、サザンオールスターズです。

最近見た映画は、「インディ・ジ
ョースの最新作」後、「ミッシェル
インポッシブル」の最新作も見る予
定です。一番好きな洋画は「ダイ・
ハード」邦画は「あぶない刑事」で
す。自分は、運転できませんが、愛

車は日産のローレルです。一番好き
な車は、日産のスカイラインです。
今一番欲しい車は、日産ハコスカ
GT-Rです。

新職員紹介

塩見美智子と申します

3月から週2日勤務させて頂いて
います。

ご利用者様との会話、そして職員
の方々の暖かいご親切なご指導で楽
しくて楽しくて仕方ありません。感
謝申し上げます。

ご利用者様が笑顔でお過ごしいた
だく作業所として、共に学ばせて頂
きたく思っております。

どうぞ、宜しくお願い致します。

○5月末から採用されました

5月末からめじろ作業所で月火木
金と勤務させて頂いています。

どのご利用者様もとても優しく温
かく接していただき、毎日明るく楽
しく仕事をしています。ありがとう
ございます。

皆様と出会えたことに感謝しなが
ら、少しでも皆様のお役に立てるよ
うに努めますのでどうぞ宜しくお願い
致します。

○初めまして、木村です

6月からさえずりカフェのスタッ
フとして入りました。木村と申しま
す。手話は勉強中です。

カフェに来て下さる皆様が気持ち
よく過ごせるように頑張ります。宜
しくお願致します。

○津留紀子です

こんにちは。6月からめじろで働
くことになりました、津留(つる)
紀子です。初日から、みなさんの作
業に対する集中力に感銘を受けまし
た。また、温かく声をかけて頂いて、
とてもうれしかったです。みなさん
の姿勢をお手本に、私も頑張りたい
と思います。どうぞ宜しくお願い致
します。

○始めまして、武(たけ)と申します

このたび、縁あってさえずりで働
かせていただくことになりました。
私は手話を勉強中で、以前は客と
してこちらに通っていたのですが、
まさか仕事をすることになるとは思
っていませんでした。
子育て中で働くのが10年ぶりと、
かなり間が空き、思うように体が動
きませんが、早く馴染める様、頑張
りますので宜しくお願い致します。

印刷タイムス

第26号
編集
坪井 唯

残暑見舞いの書き方

うだるような暑さが続いています
夏バテなどされていませんか
前号では「暑中見舞い」についてお
伝えしましたので、今号では「残暑見
舞い」についてお伝えしたいと思います。

「残暑」は「暦が秋になっても暑さが続
く時期」

「残暑」は、暦の上で「立秋」(秋の
始まり)を迎える8月7〜8日頃(そ
の年によって変わる)以降を指しま
す。暑さが残る時期という意味な
はつきりとした終わりの日付はあり
ません。一般的には概ね8月いっぱい、
暑さが長引く年には9月に入っても残
暑とされることがあります。
これを念頭に置くと、残暑見舞いを
贈る時期は「2021年8月7日(立秋
の日)〜8月31日」となります。

残暑見舞いは「なかなか終わらない暑
さ」を見舞うもの

残暑見舞いは、「立秋」を過ぎ、暦
の上で秋を迎えても実際は暑さが続
いている時期に出すものです。ご挨拶の
言葉も、「立秋とは名ばかりの暑さ」
「暦の上では秋とはいえ、厳しい暑さ
が続いておりますが」といった「まだ
まだ暑い」ニュアンスがよいでしょう。

8月末以降など、暑さが引いてきた頃
には「朝夕には吹く風に秋の気配が感
じられる頃となりました」など、気候
に合わせた内容にするとういでしょう。

残暑見舞いを作成するポイント
残暑見舞いの基本的な構成は次の通
りです。

- ①挨拶
 - ②時候の挨拶
 - ③相手をお気遣い言葉
 - ④自分の近況報告
 - ⑤暑さをねぎらう言葉
 - ⑥日付
- 暑中見舞いと残暑見
舞いは、どちらかを書
けば問題ありません。
最近暑さもかなり長
引きますので、ゆっく
り準備をはじめてみて
はいかがでしょうか。

「ご注文 ありがとうございました」

オリジナル一筆箋、メ
ッセージカード、ポスト
カード、会報、名刺、メ
ニューなどのご注文があ
りました。

	名刺	ハガキ	封筒	B5〜A3 書	A2〜A0	製本	総件数
4月	22件	3件	2件	16件	0件	1件	44件
5月	12件	0件	1件	19件	3件	0件	35件
6月	9件	3件	1件	29件	5件	3件	47件

今期予定

◎調布よさこい トイレ提供
 さえずり営業 8月26日(土)

◎ハッピーまつり(不動産店会)

9月3日(日)

◎代休 9月4日(月)

◎日帰り研修

10月12日(木)・13日(金)

山梨方面

◎コンピュータサービス技能試験
 10月27日(金)

正会員 賛助会員 ご寄付

賛助会員 新規・個人
 山崎としみ

賛助会員 継続・個人

青木 玲子 三浦 敏
 土岐 昭夫 伊地山 敏
 加藤 洋昭 渡辺 珠江
 小林 隆 小川 勇
 川島 操 坪井 誠一
 永井 邦子 平野 典子
 若林 誠 木村千津子
 加藤 美津

賛助会員 継続・団体
 田村産業有限公司

ご寄付 個人

仲山 英子 石塚 すみ
 小林 佳江

ご寄付 団体

株式会社ケンネット

敬称略

乾電池をご寄贈頂きました

御礼状

荒井 武司

この度は単三乾電池を沢山いただきました。ありがとうございます。私は血圧

乾電池 御礼状

藤井 英人

今回は電池、沢山頂いて有難うございました。家では電池をけっこう使うので有難く頂きます。又、何か有りましたら宜しくお願い致します。

寄付電池のお礼状

竹下 博幸

持ち帰るのに大変でしたが、二十本ほど持って帰りました。色々使うところがある電池なので、非常に助かります。ありがとうございました。

8		9			10	
日	月	火	水	木	金	土
30	31	1	2	3 看相談	4 パッチ 職員 ミーティング	5 8
6	7	8	9 職員 ミーティング	10 看相談	11 山の日	12
13	14	15	16	17 看相談	18 職員会議	19
		夏休み				
20	21	22	23	24 看相談	25 職員 ミーティング	26 調布よさこい さえずり営業 トイレ提供
27	28	29	30	31 看相談	1 職員 ミーティング	2 9
3	4 ハッピー まつり	5 振替休日	6	7 看相談	8 職員 ミーティング	9
10	11	12	13	14 看相談	15 職員会議	16
17	18 敬老の日	19	20	21 看相談	22 職員 ミーティング	23 秋分の日
24	25	26	27	28 看相談	29 職員 ミーティング	30
1	2	3	4	5 看相談	6 職員 ミーティング	7 10
8	9 スポーツ の日	10	11	12 日帰り 研修	13 日帰り 研修	14
15	16	17	18	19 看相談	20 職員 ミーティング	21
22 /29	23 /30	24 /31	25	26 看相談	27 CS試験 職員 ミーティング	28

看相談…看護師の健康相談
 パッチ…パッチワーク教室



次号10月20日頃発行予定

表紙の題字：小林 隆