

「マリン・ハウス」通信

令和7年 6月号



地域のお店でランチをしました！

6月20日、地域交流の一環として、マリン・ハウスでは地域の飲食店でランチを楽しみました。和食、洋食、中華など、さまざまな選択肢がある中から、今回は洋食ランチについてご紹介します。

地域のお花屋さんが経営するコテージ風のお店は、店内外のあちこちが植物で彩られ、リラックスして食事ができる雰囲気となっています。メニューはサンドウィッチ、ケーキ、飲み物がセットになっていて、好きな組み合わせを選んで注文するのが魅力です。味はもちろん、見た目にも華やかな素敵なランチとなりました。特に甘いものには人を惹きつける不思議な魅力があるようで、ケーキが運ばれてくると、皆さんの顔には満面の笑みが広がっていました。

何度か行われたランチ外出の中でも、リピーターが続出するほどの人気店で、食事を終えたその帰り道では、「また来たいね！」と次回を楽しみにする声と、笑顔があふれていました。



九十九里の自然を感じるビーチヨガ

6月7日、気持ち良い潮風が吹く中、フレンス九十九里では初めての「ビーチヨガ」に挑戦してきました。

青く澄んだ空のもと、波の音が心地よく響く中で、ゆったりと身体を動かすことで、まるで自然と一体になったような気分になりました。

初夏の砂浜は、まだひんやりとして心地よく、皆さん笑顔で参加していました。

自然の中で思い切り身体を伸ばしながら過ごす時間は、季節の変化を感じさせてくれて、本当に気持ちよかったです。ゆったりとした時間が、日常の中で忘れがちな自然とのふれあいを思い出させてくれました。



休憩後のひとときに、みんなで体操！

とようみ工房では、午前と午後の休憩後にストレッチや体操を取り入れています。天気の良い日には、外に出て青空の下で体操をするのが、すっかり日課として定着しました。

普段は集中して活動に取り組まれている皆さんですが、外の空気を感じながら体を動かすと、



自然と気分もリフレッシュ。利用者の皆さんからは、「体がほぐれて気持ちがいい」「みんなでやると楽しい」と、とても好評です。

これからも、無理なく、楽しく体を動かす時間を大切にし、効率的に作業に取り組める工夫をしていきたいと思えます。



自給自足を目指して、野菜を育てています！

たま工房では、自給自足を少しずつ意識して、早生小松菜とミニトマトを育てています。

早生小松菜は早く収穫ができ、ベビーリーフとしても楽しめる野菜です。みんなで種をまき、毎日水やりをすると、2日程で発芽し、約2週間でベビーリーフが収穫できました。

まずは第1弾として、サラダにしてそのままいただきました。葉は柔らかくクセがなく、とても美味しかったです！

現在は第2弾として、今度はしっかりと育った小松菜とし



て収穫できるように、みんなで大切に育てているところです。一緒に育てているミニトマトと合わせて、収穫の日が待ち遠しく、今からとても楽しみです。

福祉制度について学びました

当法人では、定期的な研修の場を設け、職員の知識やスキルアップを図っています。

6月17、18日は、大網白里市社会福祉課、障がい福祉班の内山様をお招きし、障害者総合支援法に基づく制度や、福祉サービスについて講義をしていただきました。

大網白里市における障害をお持ちの方の人口の推移をはじめ、障害者手帳や障害年金、自立支援医療等の各種制度について学ぶことができました。また、当法人で提供している障害福祉サービス（共同生活援助、就労継続支援B型、生活介護等）のそれぞれの内容や、サービスの支給決定の流れについて、計画相談支援の役割を踏まえての講義もあり、職員一人ひとりが、更なる理解を深める機会となりました。



【お問い合わせ先】
マリン・ハウス
千葉県大網白里市南今泉 4832-7

TEL : 0475-77-1066

FAX : 0475-77-1067

MAIL : admin@wako99.com

随時見学・体験相談受け付け中！！

<https://wako99.com/> ←HPでも見られます