

社会福祉法人 慈生会 マ・メゾン光星

〒329-3224

栃木県那須郡那須町豊原乙1189

TEL0287-77-1013 / FAX0287-77-0996

URL:https://www.m-kousei.org/wwwhome/

E-mail:kousei@jiseikai.jp



支えあいの輪の中で

めぐみファミリー運営責任者 井上友美

平成28年にマ・メゾン光星に入職してから早いもので9年が過ぎました。振り返れば、あつという間でしたが、一つひとつの出来事は鮮明に思い出されます。右も左もわからずご利用者の皆さまとの関わりにも自信が持てなかったあの頃。忙しい中でも何を聞いても優しく教えてくださった先輩方、そして、拙い対応を温かく受け止めて下さったご利用者の皆さま。あの時にいただいた支えの積み重ねが、今の自分を形作っているのだと実感しています。

この9年を振り返ると、うれしい出会いもあれば、胸の痛む別れもありました。新しく入所された方との関係が少しずつ深まり、家族と離れた泣き顔の後の笑顔を見せてくださった瞬間は、何よりの喜びでした。一方で、長く関わらせていただいた方が退所され、体調の変化でお別れをしなければならなかった日もあります。職員として冷静に向き合おうとしながらも、心の中では寂しさや切なさを覚えることもありました。けれど、その一つひとつの出会いと別れが、「人と関わる仕事の尊さ」を教えてくれたように思います。

この仕事には、「正解が一つではない」と感じる瞬間が数えきれないほどあります。ご利用者の方の体調、気持ち、環境、人間関係。その時々に必要な支援は変わり、昨日うまくいった関わりが、今日はうまくいかないこともあります。自分の至らなさに落ち込んだ日、ご利用者の方の言葉と笑顔に救われた日、意見の違いに迷い、立ち止まることもありました。それでも続けてこられたのは、一緒に悩み、泣いて笑って働く仲間が存在があったからです。時には悩みを聞いてくれ、何気ない会話で気持ちを軽くしてくれ、忙しい場面ではフォローし合える。誰かが一人で抱え込む

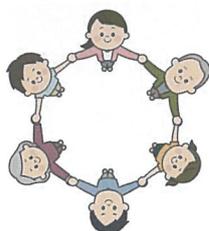
のではなく、「みんなで支える」姿勢が根付いていることが、マ・メゾン光星の大きな魅力だと感じています。ご利用者の皆さまに安心して穏やかに過ごしていただくためには、職員同士が信頼し合い、良い雰囲気をつくることが欠かせません。この数年間で、その大切さを深く学びました。

また、ご利用者の皆さまとの関わりを通して、多くの学びと力をいただけてきました。何気ない日常の中の小さな言葉に励まされた、成功体験を共に喜んだり、少しずつ出来ることが増えていく姿、苦手なことに挑戦する勇氣、その積み重ねは何よりの宝物です。信頼関係が深まるほど、力になりたいという思いは強くなり、仕事を「こなす」のではなく「共に歩む」気持ちへと変わっていきました。

気が付けば、私は今、とても恵まれた環境で働かせていただいています。決して平坦な道ばかりではありませんが、職員の皆さんは、ご利用者さまが見せて下さる一瞬一瞬を励みに、日々笑顔を忘れず、助け合いながら前に進んでいます。

年末年始を迎えるにあたり、この一年を振り返りながら、改めて感謝の気持ちを込めて、これからも、ご利用者の皆さまに寄り添い、安心して楽しく過ごせる環境作りに努めてまいります。そして、支えてくださる仲間と共に、より良い施設を築いていけるよう成長を続けていきたいと思えます。

来年もどうぞよろしくお願ひいたします。皆様にとって温かく穏やかな年末年始となりますよう、心よりお祈り申し上げます。



★カトリック コーナー

「マ・メゾン光星」はキリストの心と共にある施設です。就職して初めの頃は、その意味が全く分からず、毎日利用者と共に生活をし、活動を通して少しずつ理解が深まってきたような気がします。そしてシスターたちの関わりを通して同じ人間だという意識が生まれ育ってきたように感じます。

以前は弱い立場にある方に対して「支援してあげているんだ」という優越感がありました。今では支援させていただいて「ありがとうございます」という感謝に変えてくれた思いを強く感じます。

聖書には、たくさんのだとえ話がありますが、私たち人間の感覚では、理解できないことがたくさんあります。でも神様はいつもそばにいらっしやいます。

今、施設にはシスターがいなくなり、信者も少ない現状です。信仰を持っていなくても人を大切にする心、利用者と共に生きる心は同じだと思います。

これからは、キリストの心を大切にして利用者も「光」の中で人間らしく生き生きと生きていきましょう。

生活支援員 平橋誠次



笑顔

家族会 伊藤隆

恒例の光星祭が今年も執り行われました。家族会も例年通り「焼きそば」を出店する事となり、無事完売することができました。ご協力いただいた職員の皆さま、家族会の皆さまに感謝いたします。

今年の光星祭のテーマは「みんなが笑顔」

ある大学の研究によると、笑顔の人と向き合った時、しかめっ面をし続ける事は難しいといわれています。なぜなら、笑顔には相手の顔の筋肉を自然と抑制してしまう力があるそうです。確かに、笑顔の人には不思議な魅力があります。笑顔でいることは、自身の心を明るくするだけでなく、周りの人の心まで温かく照らしたことができるでしょう。そして、

笑顔の人の周りには、自然と人が集まってくるものです。

笑顔は、まるで心の窓。自分自身を内側から明るく照らし、その光が周りの人々にも届くのではないのでしょうか。

今回の光星祭でもたくさんの笑顔がありました。

来年の光星祭も「笑顔」で、お会いしたいと思います。



利用者さんの絵が「パンの缶詰」のラベル画として採用されました！

那須塩原にある『アキモト・パン』で販売されている『パンの缶詰』という商品のデザイン画に利用者さんの絵画作品が採用されました。

このパンの缶詰は防災備蓄品として活用され、全国の災害現場に送られる支援物資としても知られています。賞味期限が5年間もあり、今後はいろいろなお店の店頭で販売されることになりました。

皆さんのアート作品がいろいろな商品として採用され、那須地域の店舗に並ぶなんて夢が広がりますね。

生活支援員 佐藤謙太郎



5名の利用者さんの絵画作品が採用されました。

- ・村田和司さん
- ・指田邦雄さん
- ・鈴木郁美さん
- ・松嶋毅さん
- ・大波文夫さん

おめでとうございます！

※1缶700円で販売されます。

光星祭 2025

今年の光星祭も、多くの方々のおかげで開催することが出来ました。

今年は参加した方々が笑顔になって欲しいという想いを込めて「みんなが笑顔」というテーマにしました。

年々、利用者の高齢化に伴い、今までのような光星祭が難しくなっています。その



ような中で、多くの方々の意見とご協力により、今年の光星祭が開催出来たことを心より感謝申し上げます。

光星祭は利用者がとても楽しみにしている行事の一つです。来年再来年と毎年行っているように邁進してまいります。

今後ともご協力の程よろしくお願いいたします。

光星祭2025実行委員長 伊藤 裕稀



九尾祭り

「感謝でつながる九尾まつり」

9月28日(日) 第20回九尾まつりに参加しました。

店頭にはご利用者が技術と手間を惜しまず作ったクッキーやパウンドケーキが並び、販売もご利用者自身が担当しました。

商品説明や会計など、それぞれが任された役割に責任をもって取り組む姿は、とても印象的でした。支援員はサポートに回り、開店前の打ち合わせでは「お客様に感謝の言葉を届けましょう」とだけ伝えました。

ご利用者の皆さんはその言葉を大切に、誰にでも「ありがとうございます」を欠かさず、優しい雰囲気販売を行っていました。

助け合いながら一生懸命に取り組む姿から、支援員として多くの学びを得ました。これからもご利用者と支援員が力を合わせ、より豊かな人生につながるフルールを目指していきます。

フルール職業指導員 田村友美



野球観戦

(日帰り)

7/9



今年の野球観戦は福島のおづま球場。福島中央テレビのご厚意により、球場近くの駐車場に駐車することができました。

残念ながら試合開始後30分で雨が降り、足元も悪くなってしまい、安全面と健康面を考慮し、帰園することにしました。

とはいえ、ユニフォームやタオルなどのグッズを試合前に存分に買い、球場の雰囲気と非日常を味わいました。

皆、来年は晴れてほしいね。と話しました。
生活支援員 田中章介



デイズニー

買い物外出

(日帰り)

10/12

デイズニーストアに行ってきました。ミッキーマウスがお迎えしているショップの前では皆さんの目が輝いてワクワクしています。お目当てのマグカップを探す方、ゆっくりとキャラクターグッズを見て欲しい物を探す方、それぞれ買い物を楽しみました。ランチを食べて満足の笑顔で過ごしてきました。

生活支援員 大森 真佐子



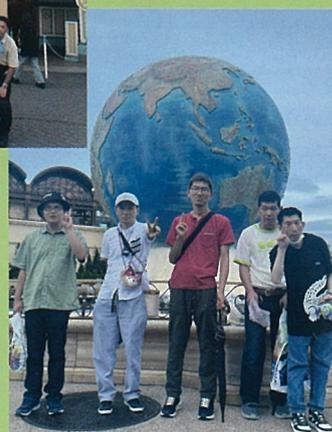
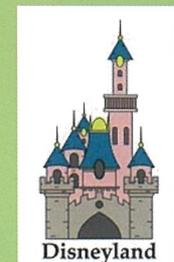
デイズニー旅行

(宿泊)

9/12~

東京デイズニーシー&ランドで過ごした2日間はとても楽しく、本当に夢の国にいる気分でした。念願のファンタジースプリングスへ入ることが出来て大興奮。美味しいご飯をたくさん食べて、かわいいお土産もたくさん買ったので、皆さん大満足の2日間でした。

生活支援員 清水綾太



日光鬼怒川旅

(宿泊)

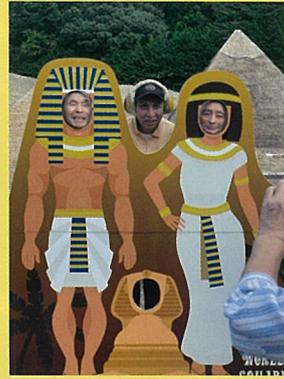
9/15~



一日目に東武ワールドスクエアで、世界中の歴史的建造物を観て驚き、昼食はそば御膳を堪能しました。宿泊はサンシャイン鬼怒川で一泊。大浴場と露天風呂を満喫し、夕朝食ともライブキッチンのバイキングに各々大満足でした。

二日目はおさるランドでショーを観覧、笑いが絶えず、昼食では豪華な湯葉御前に舌鼓し、利用者さんたちも待ちに待った旅行を大満足で終えました。

生活支援員 三原 久夫



千葉旅行

(宿泊)

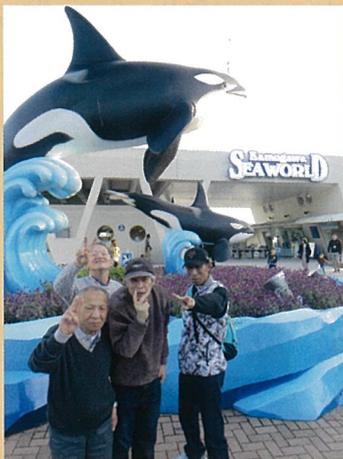
11/24~

みんなで千葉房総を周遊する旅でした。アクアラインを抜け海ほたるで眺めた景色は最高でした。鴨川シーワールドの人気者「ペルガ」ショーでは、白イルカの出す超音波やその賢さに驚かされました。勝浦朝市で飲んだ優しい味の甘酒と、地元の人たちのおしゃべりには、人情味あふれる出会いがありました。

スリル満点の眺望、鋸山ロープウェイ。その頂上駅から眺める内房の海岸線に感動し、参拝した日本寺の巨大石仏には圧倒されました。

小湊鉄道のローカル列車でのひとときは、古き良き昭和へタイムスリップした懐かしさにあふれました。来年もこのメンバーと一緒に旅行したらいいねとみんなで話をしました。

生活支援員 大平 雅士



ベタニアの家 チャリティコンサート

12月12日、カトリック徳田教会にてチャリティコンサートが開催されました。

オルガンニスト青田絹江さんによる素敵な演奏がお御堂いっぱいになり、皆様静かに聞き入っておられました。

また同時に行われたフルール（那須・就労継続支援B型）による販売会では、多くのお客様にお越し頂きました。

スタッフ一同、心よりお礼申し上げます。

生活支援員 山田崇介



自治会だより

11月の活動だった環境美化が、今年は感染症で実現できず、とても残念な思いをしました。そのため違う活動として、利用者さんが来年度に向けて「やりたいこと」を新聞紙にまとめて掲載しました。

まずは、利用者のみなさんが「こんな活動をしたい」「こんなことにチャレンジしたい」など、興味ある活動をたくさん挙げてもらうことで、来年度の活動が、皆さんの気持ちに反映された活動に広がるようサポートしたいと思います。

そして、12月には募金活動を実施する予定で、自治会長の希望である「海外の子供たちのため」の支援活動に少しでも力になるよう義援金を大切に届けたいと思っています。

今年も利用者さんが参加しやすいよう、募金箱に絵を描いたり、色を塗ったりなど手作りのものを準備しました。

利用者さんが主体的に関われるような雰囲気づくりを今後も心掛けたいと思います。

生活支援員 星裕樹



焼き芋

焼けたよ

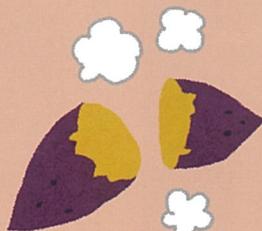
12月3日に光星ファームで収穫したさつまいもで焼き芋を行いました。

皆さん、焼けるまで首を長くして待っており、焼き芋が届くと歓声が上がりました。人によってはアツアツの焼き芋をハフハフしながら、また少し冷めるのじっと待つ方もいました。

皆で食べながら、たくさんの「笑顔」と「美味しい」という言葉が聞けて嬉しかったです。

また来年もさつまいもを皆で育てて、収穫し、焼き芋を食べたいです。

生活支援員 大賀翔平



つながるひろがるアート展NASU 2025



子ども食堂BUZZ



ギャラリーバーン



マ・メゾン光星



ホテルメルキュール



那須信用金庫 西那須野店



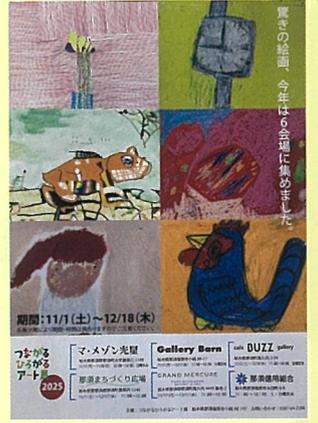
那須まちづくり広場

今回の作品展示は6施設で行われ、展示期間は各施設の状況に合わせてバラバラでの実施です。コロナ禍以降、感染防止のためスタンプリリーなど行わず、ホテルや観光施設、喫茶店など、展示施設については、迷惑がかららないようずっと縮小して行ってきました。

しかし、那須地域の様々な施設から「是非つながるひろがるアート展をうちで行ってほしい」という要望をいただき、皆さんの依頼を受けて今回の展示規模になりました。

来年度は、まだまだ要望の多い那須地域の他施設の皆さんの声に合わせて、さらに広く展示できたらと考えております。

どうぞよろしくお願いいたします。



那須まちづくり広場
マ・メゾン光星
ギャラリーバーン
子ども食堂BUZZ
ホテルメルキュール
那須信用金庫
西那須野店

アートコーナー

生活支援員 佐藤謙太郎

来年度の素晴らしいカレンダーが完成しました。



一冊800円で販売中

つながるひろがるアート展の2026年版カレンダーが発売されました。

自分の絵画作品が広がるひろがるアート展のカレンダーに採用されるのを楽しみに待っている作家さんたちや、毎年新しいカレンダーを待ってくれる那須地域のファンの方々に、すごく喜んでもらえるカレンダーが出来上がりました。

今、世界情勢のニュースは暗い話題ばかりで、気持ちが沈みますが、那須地域の作家さんたちの絵画作品を見ていると嫌な事を忘れ、心に安らぎと元氣が出てくるパワーを感じます。

カレンダーを飾って来年度も良い年でありませうように…。

第11回栃木県障害者芸術展

ビューイング展2026開催!

栃木県障害者芸術展は、毎年宇都宮市にある「栃木県総合文化センター」と、那珂川町にある「もうひとつの美術館」で交互に展示しており、今回は「もうひとつの美術館」で展示されます。

もうひとつの美術館は、明治大正の雰囲気ある落ち着いた建物なので、展示作品はひと味違う感じに見えます。また栃木県内の福祉施設や個人の優れた作品が集まり、見ごたえもあります。

マ・メゾン光星から多くの作家さんが入選されました。是非、ご家族で美術館へお出かけ下さい。



※写真は『ビューイング展2025』

※展示期間は来年の1月30日(金)~2月8日(日)まで

〒324-0618

もうひとつの美術館

栃木県那須郡那珂川町小口1181-2

電話番号：0287-92-8088

防犯訓練

7/30

那須塩原警察署の生活安全課の刑事さんにご協力いただき、防犯訓練を実施しました。これまで不審者役を職員が行っており、知っている顔が不審者役だと緊張感に欠けていました。

しかし今回、現職刑事による、しかも銀行で行なう防犯訓練を担当する刑事さんということもあり、その迫真の演技たるや、参加した職員が本気で怖がるほど臨場感溢れる訓練となりました。

実践訓練終了後、さすまたの正しい使い方や防犯についての考え方を教わりました。ここではこれまで行っていた防犯知識が間違っていることを指摘されました。不審者の侵入があれば、さすまたを使い抗戦・制圧に動くが、侵入がなければやり過ぎず、自分の身を守るためには不用意に相手に近づかないなど、たくさんアドバイスをいただきました。

今回学んだ正しい防犯知識を活かし、利用者を守りながら自分たちも守る、正しい防犯訓練をしていきたいと思えます。



防災防犯への取り組み 防火管理者 大平雅士

総合防災訓練

11/13

那須町消防署の消防隊員の立ち合いの下、総合防災訓練を実施しました。

へいわFの乾燥機室が火元となって出火。利用者を避難誘導させる訓練、初期消火に当たりながら消火ホースを引き出す訓練。指令センターとのやり取りを行う訓練。この3つの訓練を持って「総合防災訓練」になるのですが、それに合わせ、新人職員を対象とした消火器を使った消火器訓練、テントで白煙を発生させて、煙の中を歩く煙体験も同時に行いました。

今回の訓練では、避難誘導がうまくいかない、ということが浮き彫りになりました。しかし、このような訓練の積み重ねがあつてこそ、本火災の場面で生きてくるのではないかと思います。

これからも緊張感を持って真摯に取り組んでいきたいと思えます。



乗馬はいかが？

ご近所にある乗馬クラブ『ジョーボール那須』さんに敷地の一角を貸し出しており、観光客を乗せて優雅に歩く馬たちによく出くわします。

また今年の光星祭では、ご厚意もあり、乗馬体験をさせていただきました。

散歩コースや遊歩道など、オリエンテーリングのコースを歩く馬に癒されます。

マ・メゾン光星の新たな魅力として、多くの人たちに知ってもらえたらと思います。

生活支援員 田野昌弘



お知らせ

☆新任職員紹介

ひかりファミリー所属

生活支援員 おおのしょうき 大野翔星さん

8月に入職しました大野翔星です。利用者さんとたくさんコミュニケーションを取り、丁寧に支援していきたいです。宜しく願います。



編集後記

さて、今年も我が家では寢床を争う時期がやって参りました。一度離れて戻ってくると、人の顔を見上げて「にやあ。」
…風邪などにお気を付けて、温かくしてお過ごしください。

生活支援員 山田崇介