一般社団法人 キャリア・カレッジ

キャリカレ通信

〒862-0924　熊本市中央区帯山2丁目12番26号
TEL　096-285-8002
URL　https://www.careercollege.or.jp

キャリカレ通信
第0004号
令和6年4月号
令和6年4月5日発行

令6春号

ご挨拶

「小さいことを一つ」

施設長　津出智宏

皆さん、前向きに生きていますか？不安や不幸の真最中にこんな質問されたらいかがですか？新年早々から大きな出来事が続いています。

今、同じ境遇に陥った時に自分は大丈夫かな…と考えてしまいます。

事業所では毎日のように前向きになれる言葉を見つけて声掛けしています。

将来を考えると不安になります。

だからこそ前向きな言葉で励まして乗り越えてもらいたい気持ちを伝えています。

誰にでもモチベーションが上がらず何をやっていいかわからなくなることがあります。日々退屈に感じてなかなか抜け出すことのできない毎日に沈んでいくばかり…。繰り返しの毎日の中で刺激のあるスパイスはないものか。

こんな時私は、好きなこと、好きなものを探しに行きます。

また、新しい人に出会える場所に行きます。チョットしたワクワクがエネルギーに変わってくれるようです。

モヤモヤしているときは小さいことを一つ積極的に動いてみてください。

これからさわやかな季節になります。自然の中も活発になって、きっと鳥や花や虫も前向きな言葉で応援してくれるはず。

ご近所に咲く季節の花
「花蘇芳」（はなすおう）
花言葉：豊かな生涯

花ことば

就労継続支援B型支援員

濱方友樹

皆さんはコデマリという花をご存知でしょうか。

白い多数の花が綺麗で、庭木や切り花で使われることの多い花です。

この花を知ったきっかけは、この花ことばの記事を書くことがきっかけです。花に興味がなく、どうしようかと考え調べていたところ、四月の花で「努力する」という意味のコデマリと出会いました。

努力以外にも、「友情」「上品」「優雅」という意味もあり、贈り物としても人気があるそうです。

せっかくの機会なので、実際に購入して今年度は花とともに努力をする年にしたいと思います。

就労継続支援Ｂ型事業所

チャレンジ！熊本城フルマラソン

利用者　淡々ランナー

皆さんはフルマラソンを知っていますか？

フルマラソンは距離四二・一九五kmを走るマラソンです。

今年の二月、私は「熊本城マラソン２０２４」に参加し、フルマラソンを無事完走しました。

当日の天気は晴れで、ものすごい暑さでした。私は淡々と走り、坂道ではゆっくりと歩き自分のペースで走り続けました。

楽しみにしていたことは給水所で出る食べ物です。特産品の食べ物があり、私はチョコパンとレモンパンを食べました。

完走しました♪ピース！！

大変だったことは、関門を閉鎖時刻二〇分前に通過できたものの、蒸し暑さで体力を消耗し、筋肉痛や頭痛、吐き気等を起こしきつかったです。

印象的だったことはゴール地点が見えた時でした。猛ダッシュして「あと少し、あと少し」と思いながらゴールできました。

完走できた喜びがあり、また来年も走りたいと思いました。

放課後等デイサービス ジュニア・カレッジ

児童発達支援管理責任者　里山竜巳

いよいよ新年度が始まりました。子どもたちは進級や進学で、気持ちを新たにしていることでしょう。

ジュニア・カレッジでも進学や就職したお子様が多くいらっしゃり、それぞれ希望の進路に進まれています。

ご本人も一生懸命努力されていましたし、ご家族や学校のサポートが充実していた結果だと思います。

希望、期待、不安等、様々な感情が複雑に湧いてナーバスになっているお子様方の気持ちに寄り添い、安心できる居場所にしていきたいと思います。

また、今年度は三年に一度の報酬改定の年でもあり、当事業所でも仕組みや内容が変わりました。

詳細については、茶話会やＷＥＢサイト上でお知らせしているところですが、疑問があればお問い合わせください。

行事

茶話会

三月九日（土）ジュニア・カレッジでは、ご利用中の保護者の方を招いて茶話会を開催いたしました。

一年の振り返り、今後のこと、Ａ型・Ｂ型の概要をお話しし、お仕事の様子も見学していただきました。

短い時間ではありましたが、保護者様同士でのお悩み相談の時間もできました。

お忙しい中ご参加いただき、ありがとうございました。

就労継続支援Ａ型事業所

アイスのこだわり　サラアイス！?!

利用者　チップチョコ

最近、春らしい暖かな気温になってきて過ごしやすくなりましたね。

暖かい晴れた日には、キャリア・カレッジの仕事帰り、アイスが食べたくなってしまいます。サラメシならぬサラアイスといったところでしょうか?!

私はペンネームの名前通り、チョコチップのアイスが大好きで、見つけたらすぐに買って食べちゃいます！

スターバックスのバニラクリームフラペチーノにチョコレートチップをトッピングしたものや、セブンティーンアイスのチョコチップをよく食べます。

あとは期間限定ではありますが、サーティワンアイスクリームのチョコレートチップが大好きです！（昔は期間限定ではなく、いつでも食べられたのですが…）

ほかにはチョコチップではありませんがスーパーで売っているものだと、ザ・クレープ、パリパリバー、ちょっとお高いけど時々ビエネッタバニラなども食べます。

なんなのでしょうか…笑

私はもしかすると、バニラにパリパリのチョコがトッピングされているアイスが好きなのかもしれません。

チョコレートアイスではなくて、バニラアイスというところがこだわりポイントなのです！

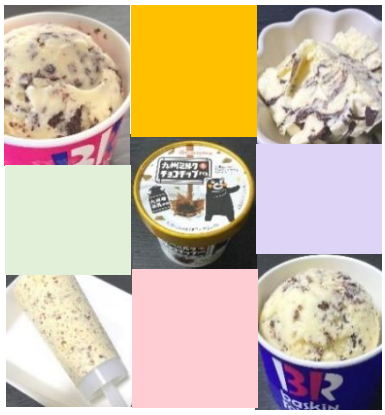
家に帰って、自分の部屋でアイスを食べながら、趣味のイラストを描いたり、ジオラマやフィギュアを使って写真を撮影したりすることが、仕事終わりの何よりの楽しみです！

これから春が来て、夏になり、さらにアイスが美味しい季節になります（春夏秋冬ずっと美味しいですが…）。

アイスの食べ過ぎに十分気を付けながら、仕事も趣味も全力で取り組んでいこうと思います。

最後までお読みいただきありがとうございました。また機会がありましたら、別のデザートのことも書ければと思います。

甘党でこだわりが強いチップチョコでした。



就労継続支援Ａ型支援員　津出健佑

思い出　記念　記憶

さくらが舞うこの季節は三月卒業四月入学とお別れや出会いが訪れる時期ですね。

「思い出」「記念」「記憶」、普段からなんとなく使っている言葉の意味をご存じでしょうか。

過去の長い月日で出会った方や行った場所、情景、言葉など全て含めて「思い出」。

ある特記すべき瞬間や出来事についてその記憶を永く伝える目的で残されるものが「記念」。

ものごとを忘れずに覚えていることで、頭の中にあること。人の名前、料理の味、映画の結末などあらゆるものが「記憶」。

今年度は沢山のことをインプット、アウトプットし「記憶」を「思い出」に、「思い出」を「記念」へと繋げていきましょう。

バドミントンスクール buddy Kumamoto

合同練習と来年度からの活動について

コーチ　濱方友樹

春・秋・冬に熊本商業高校バドミントン部と合同練習を行ないました。

高校生と同じ練習をする中で、刺激を受けながら活動することができました。今年度も日程調整を行ない、合同練習をお願いしていきたいと思っています。

また、今年度から長期休み限定でバディ登録者以外の選手（中学生含む）の練習参加が可能になります。

たくさんの選手のご参加お待ちしております。

詳しい情報はホームページに掲載しておりますので、ご確認よろしくお願いいたします。

buddy Kumamoto

就労定着支援

サービス管理責任者　川上裕子

障がい者雇用の動きは近年高まっていますが、職場定着については課題があります。定着が難しい原因、第一位は？「職場の雰囲気・人間関係」です。暗黙の了解や察することが苦手で情報伝達が難しく、ストレスになってしまいます。支援方法としては企業側には本人の特性や能力を共有してもらい、本人側にはどんな場面で体調を崩しやすいか確認するなどがあります。

編集後記

若草の萌えだす季節となりました。皆さまいかがお過ごしでしょうか。

おかげさまでキャリカレ通信第四号を刊行することができました。

今回は熊本城マラソン完走手記！好きなアイス！といった利用されている皆さんの趣味やこだわりをピックアップ！

また、キャリア・カレッジの日頃の活動内容についても記載しております。

お気軽に読んでいただければ幸いです。

次号に向け皆さまからのご感想・ご要望等ありましたらよろしくお願いいたします。

Ｎ・Ｋ