

# ホッとだより

令和5年2月号 VOL.279



～フレッシュながのではコミュニケーションを大事にして  
活動をしており、笑顔をモットーにいきいきとメンバー  
それぞれが目標に向けてみんなで作業を頑張っています～

**編集、発行：社会福祉法人つばさの会**

**就労継続支援事業所（B型）フレッシュながの**

**〒586-0094**

**河内長野市小山田町379-1 あかみね分館1F**

**TEL&FAX 0721-52-6700**

<http://tsubasanokai2004.sakura.ne.jp/>

## <年末年始はどう過ごしていましたか？>

- ☆ 今年の年末年始はあまり外で遊ばなかった。29日、30日とちょっと家の掃除をしました。31日、親戚が集まって福田の焼き肉 ちばんで食事をしました。1月1日の日曜日は家に閉じこもって勉強しました。1月2日、長男一家がうちに来ました。後、ギョーザをたくさんつくりました。1月3日、サッカーをやったり勉強したりしました。4日、会社メンバーと初詣で長野神社を参拝しました。くじは大吉でした。後の食事は美味しく食べました。次男も忙しかった。全然一緒に遊ばなかった。来年一緒に遊びたい。あるいはどこかに遊びに行きたい。(S)
- ☆ 30日は家の大掃除を手伝って、お母さんからおこづかいをもらいました。31日はまーっとしながら夕方まで過ごしていました。夜になってから紅白歌合戦を聴きながら年越しそばを食べました。お母さんがそば 年越しそばを作ってくれたので、お腹めっちゃいっぱいになりました。それから一番下の妹がお菓子とジュースを買ってきてくれました。1日は朝にお雑煮とおせち料理を食べました。夜はくら寿司をテイクアウトしてお父さんと私と2人で食べました。お母さんと妹は仕事で夜勤でいませんでした。2日はまーっとしてすごして、朝はお雑煮とおせち料理を食べました。夜はかに鍋を食べました。かに、美味しかったです。3日は家族でマージャンをしました。点棒でかけて遊んで私が勝ちました。楽しかったです。夜はすき焼きを食べました。すき焼きおいしかったです。お肉食べてると、耳が鼓膜がやぶれそうな位激痛だったので、あまりすき焼き食べませんでした。でも耳が痛い治りました。今年もよろしくお祈りします。(U)
- ☆ フレッシュでの仕事納めを終えた12月30日、あっちこっちへ来年早速ある福袋とセールの下見に行きました。年明け1月1日は京都へ、2日は大丸へと福袋を買うために早朝から並びました。2日はプラス、セール初日のところが多かったので、数カ所の百貨店とルクアで半日過ごしました。お金は年末年始とても使いますが、20年以上前からまぼこうい感じです。(U)
- ☆ 年末は約4年ぶりにしいたけのお煮しめを作りました。作り方はうろ覚えでしたが、3日かけてがんばったところ、皆が「おばあちゃん味の味だ」とよろこんでくれて、おなべいっぱいおいしいたけが3日でなくなりました。来年も作りたいと思いました。(I)
- ☆ 1月2日、1人で初詣に行きました。河内長野から難波行き電車で乗り、住吉大社の駅に向かって神社へ行きました。参拝者がいっぱいいました。おがんで水で手を清めました。1月4日、フレッシュのメンバーと職員さんと長野神社に初詣でおがみに行き、とても喜び、お祝いをしました。その後はインドネシア料理を食べました。焼きそば、生野菜サラダ、目玉のエッグ1つとグリーンピース、人参、玉ねぎのスープのとう明なのが、おいしく食べて満きつして良い日でした。(K)
- ☆ 関西スーパーへ水をもらいにいたり、かいものについていきました。1日はニューイヤーエキデんを見ました。2日3日は はこねエキデんをみてました。女子ジャンプをみてました。(S)
- ☆ 年末は車であちこち買い物をして、年始は元旦に西代神社へ初詣をして、その後は1月3日(水)まで家でゆっくりしてました。(T)
- ☆ 12月29日に西友、ばんばんへ行って食料品を買い、不足の分をディオへ行った。そばやうどんを買い、バナナを備蓄用にした。12月31日、1月1日、大みそか、元旦は紅白歌合戦を見て、隣の明忍寺へ除夜の鐘を突きに行きました。境内はこじんまりとしていたが、音が良かった。2日は箱根駅伝を見て、初めは中央大学が1位だったが、途中駒沢大学が1位で、往路の優勝を勝ち取った。昼から息子と久し振りに会い、ホテルで夕食を共にした。4日はフレッシュながのメンバーとバリコーヒーへ行って、私はミーゴレンとコーヒーを注文して、大変おいしかった。(N)
- ☆ 散歩がてらにパチンコへ行ったり、ウエルシアやディオで買い物をしたりして、とても楽しかった。100%の内、40%ぐらいは楽しかったけど、残りの60%ぐらいは気になる事ではなかった。それでも、僕は成長して生きていこうと思います。(O)
- ☆ 年末年始はほとんど家で過ごしていました。12月の暮れに大掃除をしました。普段手をつけないところも掃除した

ので大変でしたが、部屋が綺麗になったのですっきりしました。新年はおせち料理ばかり食べて少し飽きがきましたが、三日に親戚が来たので皆でお鍋をかこみました。平凡な休日でしたがやすらかに過ごせて良かったです。

(N)

- ☆ 私は、年末年始におみかん食べたり、おもち食べたり、食べ物ばかり食べてました。あはあは(笑)おいしい物たくさん食べて、ふとっちゃんしました。いろいろとじゅーじつした年末年始でした。(T)
- ☆ 12月29日~31日まではTVを見ていました。ミュージックアワードやレコード大賞、紅白歌合戦を見てました。レコード大賞は最優秀新人賞が思っていた人とちがって、がっかりしました。レコード大賞はセカイノオワリがとって、安心しました。1月1日~3日は実家に帰って、すましのお雑煮とおせちを食べました。餅は1日6個ぐらい食べて、松前漬と黒豆が特においしかったです。あと年賀状が6枚届いていました。フレッシュながの年賀状が令和4年になっていてがっかりしました。(W)
- ☆ 年末は少しだけそうじと、年始は食っちゃ寝をしていました。4日は墓参りをしました。ぞう煮を自分で作りましたが、なかなかおいしくできました。頼んでいたおせちもおいしかったです。元旦からオークワに買物に行ったのですが、人がすごく多かったです。(Y)
- ☆ お正月の食べ物の買い物とかお料理作ったり、金剛のさん天という天ぷら丼のお店に、新聞に入っていたサービス券をもらって食べに友達と行ったり、玄関と仏壇と部屋のぞうきんかけしたり、元旦、末っ子の妹家族が来たり、本を読んだり、編み物したり、少しTV見て、イズミヤへ行ってました。長野神社、妹ら参拝してなかったの、フレッシュながのの人らと行けてよかったです。そして、バリコーヒーも焼きそば食べたのでおいしい思い出させて頂けてありがたかったです。抽選くじも当たりましたのです。(O)
- ☆ 昨年はみなさんととてもお世話になりました。僕は休みが楽しみでしかたなかったです。年末はなぜか苦しかったです。年賀状を出して年が明けると、少し気分がよくなってきました。バリコーヒーに行って、メンバーのみんなと食事して、少し気晴らしになりました。今年もメンバーさん、スタッフのみなさん、どうぞよろしくおねがいします。(O)
- ☆ 年末年始の正月休み中は、次フレッシュながのに通う日迄に自分自身を立て直す期間にしたいと思っていました。年賀状が届いた時はうれしかったです。年賀状は文章が短い目で最初「…」となりましたが、何かしばらくしてから年賀状を見返すと、すごく可愛らしかったです。裏表のない年賀状やなあとホッコリしました。1月1日に姉が1人暮らしの家から自宅にクッキーを渡してくれました。あびこ駅のフローレンスという店で買ったらしいです。旨かったです。大掃除を12/31に少ししました。と言っても、普段の掃除とあまり変化なしのものです。掃除機とトイレ掃除と金魚の水替えでした。今年の正月休みはフレッシュながのに再び通う為こ心身を立て直す期間として無事成功しました。おかげさまで。サンキュー!(S)
- ☆ 年末はおせち料理のお重を運んだり準備をした。紅白を見ておせち料理をたべた。年始は駅伝を見てすごした。おみきをのんですごした。(F)
- ☆ 12月29日~1月3日はテレビを家で見ていました。特にレコード大賞はセカイノオワリが大賞を取りました。ぼくはAdoをおうえんしていました。ユーチューブは美味しんぼを見ていました。海原ゆうざんと山岡しろうとの料理バトルを見て楽しんでいました。(I)
- ☆ 年末は毎年恒例の「わらってはいけない24時間」は中止となったので、笑いの番組を見たり、紅白歌合戦を見て、「ゆく年くる年」を見て就寝しました。1日は毎年恒例の西代神社へ参拝して、帰ってからおせち料理を皆で食べました。1人暮らしの準備でバタバタしていました。31日のTVはいつもよりおもしろくなかったのでチャンネルを切り替えてばかりでした。今年は箱根駅伝を見ました。駒沢大学が優勝しました。往路は学生連合がいきなりトップで走っていましたが、1区の終わりでペースダウンしていました。駒沢大学、中央大学、青山学院大学の3校が接戦でした。往路、復路ともに駒沢大学がトップを走り3冠をかぎやきました。往路で東京国際大学のヴィンセントが区間賞で59分59秒でした。8人ごぼう抜きしていました。接戦で楽しく見れました。(S)



# 2月の予定



SUN		MON		TUE		WED		THU		FRI		SAT	
						1		2		3		4	休み
5	休み	6	M	7		8		9		10		11	休み
												祝日: 建国記念の日	
12	休み	13	M	14		15		16		17		18	休み
19		20	M	21		22		23	休み	24		25	休み
AM開所 交流会								祝日: 天皇誕生日					
26	休み	27	M	28									

※M・・・メンバーミーティング

※緊急事態宣言等により予定が変更となる場合があります。