2025年

一条短信 6月予定表

『自立ってなんだろう？』

全国手をつなぐ育成会連合会「ひとりだち」2021版より

自立と聞いてどんなことが思い浮かびますか？

親元から離れて一人暮らしをする、働いて自分のお金で生活をする。家族などに頼らず自分の力で生きていくことは、「自立している」と見えるかもしれません。しかしそれだけでしょうか。

あなたの人生はあなたのものです。

どんな生き方をしたいのかは、自分で決めることができるし、自分で決めるべきです。

どんな仕事をするのか、どこに住むのか、誰と結婚するのか、どんな趣味を持つのか。

でも、好きなことが全て自由にできるわけではありません。

何をするにもお金はかかります。そのため、仕事をしたり、障害年金をもらったりしてお金を得ることが必要です。

また、例えば好きな人ができても、相手があなたのことを好きかどうかはわかりません。車を運転したいと思っていても、免許がなければできません。

努力をしなければいけないことはたくさんあります。

努力をしても手に入らないものもあります。うまくいっても、失敗しても、すべて引き受けていくこと。

それが「自立」です。

●ポイント　①あなたの人生は、あなたのもの
②どんな生き方をしたいかは、自分で決める
③努力が必要なことも、失敗することもある

（文責　尾形）

6月		利用者行事	その他関連行事	誕生日
1	日			飯村
2	月		月初めの打ち合わせ	
3	火			
4	水			
5	木		GHかえで連絡会議	山口元
6	金	工賃支給日	GH一条連絡会議	大渡
7	土	閉所日	法人理事会	大島優
8	日			
9	月	測定開始	GHかみゆのかわ連絡会議	南坪
10	火		新任職員研修	
11	水		連携会議	
12	木		道南福祉協会幹事会	
13	金		GHゆのかわ連絡会議	濱林・丹内
14	土	閉所日		
15	日			
16	月		函館短期大学実習開始	能登
17	火			
18	水			石島
19	木	誕生会	職員会議	
20	金		GHときとう連絡会議	
21	土	閉所日	法人評議員会・評議員会	
22	日			鎌田
23	月			河原・檜山
24	火		GHにしあさひおか連絡会議	工藤由
25	水			
26	木			
27	金	選択メニュー	職員研修	舩尾
28	土	閉所日		永谷博・修
29	日			黒須
30	月		教育大函館校実習開始	髙橋健・西嶋

★誕生会のおやつ★

ふわふわ卵ケーキ　カカオクルミバー

人形焼き　アスパラガスビスケット

献立予定表

月	火	水	木	金	土（クラブ活動）
2 ごはん みそ汁 豚肉の彩り塩炒め マカロニごまサラダ 790Kcal	3 ごはん みそ汁 麻婆豆腐 もやしナムル 705Kcal	4 やきとり丼 みそ汁 わさび醤油和え みかんゼリー 767Kcal	5 食パン スープ メンチカツ スパゲティナポリタン 果物 758Kcal	6 ごはん みそ汁 鶏の味噌焼き 春雨とちくわの和えもの 688Kcal	7 閉所日
9 ごはん みそ汁 アジフライ きんぴらごぼう 764Kcal	10 バターロール チキンソテー 粉ふき芋 ミルクコーヒーピーチゼリー 780Kcal	11 かき揚げそば わかめサラダ 果物 739Kcal	12 ごはん 中華風卵スープ チンチャオロース 中華風和え物 680Kcal	13 シーフードカレー スープ さつまいもサラダ ヤクルト 965Kcal	14 閉所日
16 ごはん みそ汁 ポークソテー いんげんベーコン炒め 740Kcal	17 スパゲティミートソース スープ ミモザサラダ 644Kcal	18 ごはん みそ汁 あんかけ豆腐 サンマおかか煮 788Kcal	19 ★誕生会☆ 山菜混ぜご飯 みそ汁 白身魚の磯辺揚げ 白菜ごま和え 722Kcal	20 牛肉の柳川風丼 みそ汁 キャベツとちくわのゆかり和え ジョア 830Kcal	21 閉所日
23 ごはん みそ汁 豚肉の甘辛炒め 枝豆入りひじきの煮物 784Kcal	24 バターロール 牛肉コロッケ アスパラソテー 牛乳 果物 805Kcal	25 ちゃんぽん麺 春巻き ホイップフルーツ 923Kcal	26 ごはん みそ汁 焼き魚（鯖） 厚揚げの中華煮 731Kcal	27▽選択メニュー▼ 鶏肉の塩唐揚げ 797 または 白身魚フライ 714 ごはん みそ汁 切干大根の煮物 Kcal	28 閉所日
30 ハヤシライス スープ 水菜とコーンサラダ ソフール 949Kcal					

お知らせ

新任職員　ワークセンター一条　高野　光法（みつのり）（5.1付）

ワークセンター一条　能登　正次（まさつぐ）（6.1付）

グループホーム一条　斎藤　優子（ゆうこ）（6.1付）

遊覧船ブルームーンラッピング

利用者さんがデザインした絵が、遊覧船ブルームーンにラッピングされました。写真では見づらいかと思いますが、他の施設の利用者さん達も合わせた、総勢16人の方々が描いた51作品がラッピングされています。

ワークス一条パン販売 in 蔦屋書店

蔦屋書店にて函館市医師会看護・リハビリテーション学院によるリハビリとナースの仕事展が行われ、ワークス一条も場所をお借りして手作りパンの販売をさせていただきました。2日間の出店で、見事完売いたしました。

ワークス一条　春のレクリエーション

今年の春のレクリエーションは、あいにくの雨模様でワークセンターは中止になりましたが、ワークスでは大沼に行きました。曇空でしたが皆さん楽しんでおられました。

Caféいち リニューアルオープン

長い間休業しておりましたCaféいちですが、この度5月27日にリニューアルオープンいたしました。営業時間は10:30-15:00でラストオーダーは14:30です。当面の間は平日のみの営業となっております。