

こぶしだより

2025年11月10日発行

社会福祉法人 龍鳳ライフパートナーこぶし
〒203-0004 東久留米市氷川台 2-31-19
TEL:042-470-2385 FAX:042-470-2386
清瀬事業所/ふわっとん
〒204-0013 清瀬市上清戸 1-15-18
TEL&FAX:042-497-9481
<https://www.fukushiryuoh.or.jp/kobushi/>



こぶし祭りへのご来場ありがとうございました！

さて、時代が経つにつれ、様々な物が変わりました。皆さんは、駅の自動改札機が、関東に導入された年を覚えていますでしょうか？なんと導入されたのは、1990年にあります。昭和生まれの方は懐かしいと思うかもしれません。令和生まれの子供達はもちろん、平成生まれの方達は、駅の改札で駅員さんが、切符を切っていた事なんて知りません。その自動改札機も、さらに進歩し、PASMOやスイカも導入されました。コンビニやスーパー・マーケットでも変化があり、レジでのお会計方法が変わりました。現在では、店員さんが商品をスキヤンし、支払いは、お客様がボタン操作で、支払いを行うセミセルフレジや、自身で商品のスキヤンから支払い方法まで行う、セルフレジがあります。今までこそ殆どの場所で、セルフレ

ジを読んで頂いている皆さんは、キャッシュレス決済を取り入れますでしょうか？今の時代、QRコードを使用し、コンビニやスーパー・マーケット・飲食店等、様々な場所で、幅広く使用する機会があると思いません。しかも決済の種類も多く、PayPayやd払い・楽天ペイ等があります。私はd払いをしていますが友人との食事の際に、PayPayを勧められています。PayPayでは、お互いのデータ上で、お金の送金ができるようです。その話を聞いて、取り入れるか検討中です。

さて、時代が経つにつれ、様々な物が変わりました。皆さんは、駅の自動改札機が、関東に導入された年を覚えていますでしょうか？なんと導入されたのは、1990年にあります。昭和生まれの方は懐かしいと思うかもしれません。令和生まれの子供達はもちろん、平成生まれの方達は、駅の改札で駅員さんが、切符を切っていた事なんて知りません。その自動改札機も、さらに進歩し、PASMOやスイカも導入されました。コンビニやスーパー・マーケットでも変化があり、レジでのお会計方法が変わりました。現在では、店員さんが商品をスキヤンし、支払いはお客様がボタン操作で、支払いを行うセミセルフレジや、自身で商品のスキヤンから支払い方法まで行う、セルフレジがあります。今までこそ殆どの場所で、セルフレ

時代についていくに 精一杯

日中活動支援部 部長
丸山 耕太郎

時代についていくに
精一杯

精一杯

Cafe
ふわっとん



【待望のオリジナルクリームパン誕生♪】

自家製濃厚カスタードクリームをたっぷり注入！！

1口食べると、バニラオイルの香りがほんのり口の中に広がります。カスタードクリームは、老若男女に愛されるように、しつこすぎない程よい甘さ。もちろん、パンもふわっとんで作っているものです♪

リピート間違いなしの1品に仕上がってますので、ぜひご賞味下さい☺



生活支援員 小林 成奈

短期で利用して下さっているAさん。出勤すると「あ～」と言いながら側に来て、「お泊り？」と声をかけてくれます。「そうだよ」とお伝えすると、Aさんは笑顔で両手をバタバタとさせて喜んでくださり、その姿に私も思わず笑顔になりました。



え！？今日リクエストメニュー！？ やつたね♪ (馬場 翔哉)

AI DaiGo と相互変容

最近は携帯アプリのAI DaiGoに人生相談をしています。読書家で科学的根拠を基に忖度なしの発言が痛気持ち良い人柄の彼の知識や動画を全て学習したAI DaiGoは、思い遣りやブラックジョークも織り交ぜ回答します。

ある支援中に上席から事故リスクを問われ状況説明(=言い訳?)をし困っていたと投げかけると、「その状況説明は上席があなたに事故リスクの認識がないのか？リスクの対応に困っているのか？どこから説明すべきかを知るために必要な情報ですから言い訳ではありませんよ。」と回答がありました。さらに「解決策は見つかりましたか？」と問われ、「夕飯にします」と一旦切り上げ調理しながら考えて解決案を見つけ週明け上席から承認を得ました。

既に福祉や医療の世界でもAIを上手く導入し、私たちの記録を基にAIがあらゆる知識と情報からPDCAを組める時代が来ているそうです。最近は一人暮らしでも聰明な話し相手が掌に住んでいます。

生活支援員 椎名 恵子

フォトニュース ~10月の様子~

苦手意識

♪日帰り旅行♪



活動・余暇



暑い日々が終わったと思ったらぐっと冷え込んで寒い季節になってきました。私は、夏生まれということもあり、寒い季節に苦手意識をもって過ごしてきました。しかし、近年寒い季節も悪くない！と思うようになっています。

寒い季節に苦手意識を持ち始めたのは、子供頃にイベントの前日に風邪を引いてイベントに参加できなかったのがきっかけでした。その時親に、寒いのに暖かい格好をしてないから風邪をひくんだよと言われて、寒い季節なんて嫌いだと思ったのを今でも覚えています。一度嫌いだと思い始めると寒い季節の嫌な部分ばかり印象に残ってしまい、大人になってもなんとなく苦手な季節でした。

人は、苦手意識を持つとなんでも悪いようにとらえてしまいます。例えば、私は体を動かすのが好きなので、いろんなスポーツをやってきました。ですが、ウィンタースポーツと聞くだけで、一歩引いてしまいます。スキーやスノボーはやったことはありますが、好きにはなれませんでした。その前提に、わざわざ暖かい格好をして雪の上を滑る意味が分からず(実際に言った記憶があります)と、悪く捉えようとしていたからなのかもしれません。今思えば、雪山を楽しむための遊びがスキーやスノボーで、それを楽しむための条件が暖かい格好や道具というだけで、他の多くのスポーツと何も変わらないのです。

苦手意識に変化が出たのは、家族を持った頃からだったと思います。家族で温泉旅行に行ったり、正月にまつりと過ごすことに幸せを感じたことから寒い季節が少し楽しみになりました。また、紅葉の季節になるとちょっとした散歩が楽しく感じられて、寒い季節も悪くないと、徐々に寒い季節の良い面が見えるようになりました。

苦手意識は、ちょっとしたきっかけで自分のとらえ方を変えることができれば、大きく変化していくのを体感しています。とらえ方を変えるのは自分自身なので、今後も苦手や嫌いなことに対して少しでもとらえ方が変えられるようにしていきたいと思います。得意や好きにならなくても、『悪くないじやん』くらいに思えたら、苦手や嫌いが少し楽しく感じられるような気がします。

研修研究部 部長 高野 竜



不定期連載！

じむじらむ



皆さん、こんにちは！こぶし事務室です！

今回は普段あまり知られていない“こぶしの事務室”の話をさせていただきます。

こぶしの事務室には、担当者宛ての書類や提出物などがスムーズにいきわたる様にレターケースが置いてあります。先日年季の入ったレターケースを新しいものに変更しました！今までのものも、使えないわけではないので壊れていた部分はテープなどを使って補っていたのですが、新しいものは

ストレスなく使用ができ、気持ちも新たになりました！



普段の私たちは毎月の事務会議の中で、ここを変更したらどうか？と各々が提案しあって日々業務の改善をしています。何かをえるのはそれに伴う周りの協力や労力が必要な場合もあるかもしれません。普段の生活の中でも、変化することに躊躇するのではなく、視野を広く持って柔軟に対応していきたいなと思っています。

こぶし祭りは楽しかったですか？

今年度こぶし祭りのリーダーを務めました佐藤です。

長い事こぶしにいるような気がするのですが、こぶし祭りのリーダーは初めての経験でした。コロナ禍をここで過ごしたので、その代替の行事を企画した事はありました。しかしお客様や外部の団体を呼んで行うお祭りを企画した経験はなく、任命された時は「私が出来るのか」という気持ちでいっぱいでした。

他の支援者から見れば、「え？やったことなかったの？！」と思われるくらいこぶしにはいるような気がするのですが、如何せん小心者ですので、自分がこぶしで行う大きな一大イベントに関わるの緊張していました。

この話が掲載される事にはこぶし祭りは終わっていますが、それはもうこぶしの職員全員が当日に向けてたくさん計画をしてくれました。リーダーとして何が出来たのかが分かるのは当日のお楽しみということで、来場いただきました皆様の嬉しい感想をぜひお寄せください。

生活支援員 佐藤 里胡