

～SDGs (エスディーズ) の取り組み～

所長 大津 邦彦

SDGsをご存じでしょうか？最近様々なところで報道されるようになりました。SDGsは2015年の国連サミットにおいて採択された福祉や教育・人権・貧困・環境等17のミッションです。この中でも環境問題は待ったなしの課題です。最近の豪雨や台風の大型化・夏に40℃を超える暑さになるなど年々気候の変化が厳しいものとなってきています。またプラスチックごみについても大きな問題となっています。レジ袋等は古くなると劣化しとても小さなごみ（マイクロプラスチック）となります。この小さなごみを生物が吸い込んだり 海の生物が吸収し食物連鎖の頂点に立つ人間が食べることで健康被害も心配されています。

湘南むぎばたけでも職員がSDGsを意識し 例えばレジ袋を受け取らずマイバッグを利用する活動やペットボトルからマイボトルの利用に切り替えたり こまめな消灯等電気使用量の削減に努めたりしています。

私たち一人一人ができるところから始めることが大切だと感じています。同様にエシカル消費(倫理的)についても勉強中です。できれば商品を購入するときにエシカルなマーク入りの商品を購入したいものです。

*** 軽運動 ***

窪島 職員

健康のために運動が大切なことはわかっていますが、なかなか取り組むことって難しいですね。特に最近、新型コロナウイルスの流行により、家庭で過ごす時間が長くなり運動不足になっていませんか？(;▽;)

湘南むぎばたけでも、運動不足解消のニーズが多くあることから、楽しく身体を動かすことでストレスの軽減や気分転換による精神的安定の心理効果につなげ、心身の健康を維持するための機会を提供しています♪毎週月曜日の午後、食堂に広い空間を作り、プロジェクターで動画を映してダンスを楽しんでいます♪皆さん模倣するのがとっても上手です！！特にリクエストが多く人気があるの動画は、「エピカニクス」「チコチャンダンス」「ジャンボリーミッキー」「ラーメン体操」です。

もちろん感染対策である、密閉、密集、密接を避け、換気をしながら少人数ずつで行っています。



*** 畑 ***

妹尾 職員

むぎばたけでは、歩いて8分程の場所に畑を借りています。年々その区画も広がり、4月からボランティアさんが加わったことにより、作物の種類も増え、きれいに区画整備されてきています。

週に2回程度、少人数で畑に行く機会を作り、植え付けや肥料まき、水やりや収穫を作業の一環として行っています。春は、豆類（スナップエンドウやそらまめ）や‘かぶ’、‘にんにく’、‘玉ねぎ’の他、‘じゃがいも’も豊作となり、収穫体験としてじゃがいも掘りを行いました。収穫した野菜は、施設の前で無人販売を行いました。おかげ様で、少しずつ地域の方のリピーターも増えてきて、販売も定着してきました。野菜の販売準備においても、野菜を洗ったり、袋に詰めたり、たまねぎやにんにくを干したりと、利用者さんにとっても新しい活動を通じ可能性が広がる良い経験となっています。「きょうは野菜の袋詰めある？」と楽しみにして通所する方もいます。今後も湘南むぎばたけの畑活動および‘とれたて野菜’をアピールしていきたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願いいたします☆☆☆



湘南むぎばたけの畑



じゃがいも掘り



袋詰め

*** 作業 ***

井澤 職員

現在むぎばたけで行っている作業は何種類あるか知っていますか？

受注作業についてはチラシ折りや、アルミはがし、シール貼りなど7種類あり、自主製品としてはくすのきチップ（防虫・防臭剤）やビーズアクセサリーなどの製作があります。

これら多くの作業種の中から、利用者さんに、自ら選択する機会を提供し、意思決定支援につなげています。また、各作業工程を細分化することで、利用者さんの特性に合わせた作業を提供するよう支援しています。利用者さん自身の意思決定を尊重して興味のあること・得意な工程を提供することで、可能性が広がり、出来ることも増えていき、作業が終わると笑顔で終了の報告をしてくれる利用者さんもいます。自分の出来ること、出来るようになったことを実感することで、色々な事に挑戦していこうと思ってもらえるように支援をしていきたいと思っています。



CD・DVDの解体・分別作業



アルミはがし

湘南むぎばたけ 昼食メニュー紹介

今回はむぎばたけの昼食メニューを紹介します。湘南むぎばたけでは、毎日調理員が調理した温かい昼食を提供しています。メニューに関しては、毎週、注文票で利用者さん自身で何が食べたいか選択してもらっています。

選択できるメニューは定食、カレー、うどん、パスタ（木曜日のみ）から選べます。定食は毎日メニューが変わる日替り定食となり、飽きがないよう工夫しています。味噌汁に関しては、むぎばたけの畑で採れた野菜を入れるなど、自分たちで作った野菜を食べる機会を提供することで、食育活動にもつなげています。

また、カロリーや塩分量にも配慮し、安心して安全な昼食を心がけています。

朝の会で給食メニューを職員が発表し、お昼を楽しみにしている利用者さんもたくさんいます。

写真は昼食メニューの一例になります。（写真はおかずのみですが、これにご飯と味噌汁が付きます）



エネルギー371kcal（おかずのみ）



エネルギー136kcal（おかずのみ）

※季節行事の時は、特別メニューを用意することもあります。