

# ほくと七星

No. 90

令和8年4月15日発行  
発行人 戸嶋 光成

☆統制された情緒関与の原則

☆秘密保守の原則

☆意図的な感情表現の原則

☆非審判的態度の原則

☆個別化の原則

HOKUTO SEVENSTARS

☆受容の原則

☆自己決定の原則



笑顔つないで夢つなぐ



Smile for Dream  
社会福祉法人

北社  
HOKUTO



# 餅つき・新春の集い

二月三十日に毎年恒例の餅つき会を開催しました。職員がついた餅に合わせて「よいしょー!!!」と声を掛けてくれたり、実際に杵を持って餅つきに挑戦されたりと会場は大いに盛り上がりです。つきたてのお餅は皆様においしく召し上がっていただき、「やっぱつきたてはちがうねえ」と喜びの声も聞かれました。

また、年明けの一月五日に新春の集いを行いました。年男のTさんに乾杯の挨拶をしてもらい今年一年の健康を祈願🍵。本年も利用者の皆様が安心して楽しく過ごしていただけるよう、職員一同、努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。



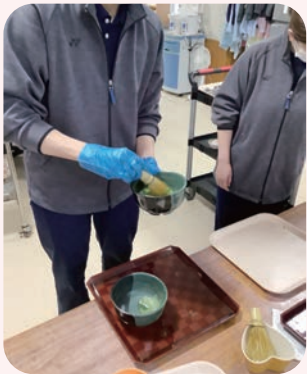
イエーイ♪



よいしょー!!



そろそろつけたかな?



ほっこり

三月の行事として、ひな祭りをしました。ホールにひな人形を飾り、春らしい雰囲気の中で利用者の皆様と楽しいひとときをすごしました。点てたばかりのお抹茶とお菓子を召し上がりながらほっこり🍵

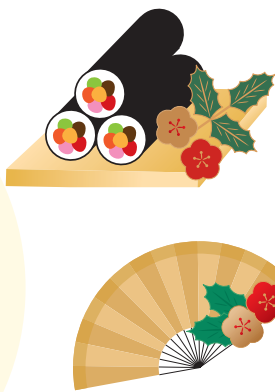
# ひな祭り

# 節分



2月2日節分恒例の豆まき大会を開催。イオン社会福祉基金ボランティア給付制度を通じ、マックスバリュ港北店様から恵方巻の提供と鬼役での参加をして頂きました。

迫りくる鬼に対抗して、皆様「鬼は外！」と一生懸命豆をまき、見事に追い払って下さいました。鬼がいなくなった後の会場内には、沢山の笑顔と福が溢れていました。今年も健康で、自分らしく過ごせる一年になりますように！



私たちの障害者支援施設では、日々、利用者様の移動介助や生活支援を行っています。介助作業はどうしても腰に負担が掛かりやすく、多くの職員が腰の違和感を抱えながら奮闘しています。



そこで今回、職員の身体をケアし、より質の高い支援を目指すため、勤務時間内に取り組める「腰痛予防体操」を本格的に導入しました！  
導入初日、リハビリ専門職の指導のもと、ホールに集まった職員たち。「あいたた：」「体が硬い！」といった笑い声が混じる中、真剣にストレッチに取り組みました。

私たちが元気に笑顔でいることが、利用者様の笑顔につながる。そんな想いで、これからもこの習慣を続けていきたいと考えています。

**腰痛にサヨナラ！  
職員の健康を守る  
「腰痛予防体操」が  
スタートしました！  
笑顔のケアは、  
まず自分の健康から！**



ほくと大会三連覇

3月14日「第3回秋田県障がい者ゲーム交流会」が開催され、ほくとが三連覇となりました！出場チームも昨年度の3チームから増え、愛光園（湯沢市）、愛仙（仙北市）、杉の木園（秋田市）、中通クラス（秋田市）、ほくとの5チームで争われました。

年々試合のレベルも上がってきており、来年度はほくとのチャンピオン防衛も怪しいかも…!?また来年度も皆さんで楽しみましょう!!



チャンピオン防衛!



緊張する…!



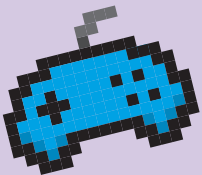
練習の成果を出す!



みんなでパシャリ!



あたたた…!連打!



真剣な表情



土のワークショップを実施しました!

3月18日「秋田県障害者芸術文化活動支援センター」の事業でアートリンクうちのあかりの安藤郁子先生をお招きし、「土のワークショップ」を開催しました!ほくとで行なうイベントとしては初めての試みとなり、ドキドキ・ワクワクの連続でした!



ギャルピース!



先生の丁寧な指導



現代アート!?



自信作!!



焼き上がりが楽しみ!



俺は特大カレー皿



OTも真剣!



ネコデザイン!

書き初め

今年の抱負を筆で書いて頂きました。久々の書き初めに神妙な面持ちで取り組まれておりました。



節分

2月3日の節分には特別ゲストの鬼も登場して場が盛り上がりました。



おとそ

新しい年を迎え無病息災を願ひみんなで乾杯をしました。お酒の飲めない方には甘酒を振る舞いました。



春のお茶会

3月3日のひな祭りに合わせて第一週目に抹茶を点でてわび・さび?!を感じて頂きました。

ご希望された利用者の中には初めて抹茶を点てる体験をされた方もいらつしやり泡が立たなくて大変苦労されている姿も見受けられました。



新

職員紹介



保坂 未来さん

春から障がい者支援施設ほくとで働かせていただきます保坂と申します。昨年度までは、秋田社会福祉専門学校で社会福祉について4年間学んでおりました。これまで学んできたことを活かして、広い視点を持ち、皆様と関わっていただけると考えております。まだまだ至らないところがあると思いますが、精一杯努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

強力助っ人が来てくれました!!



3月16日遠路の移動を終えて、ミャンマーから3名の技能実習生が、当法人職員寮に到着致しました。寒い秋田に備えて乗り継ぎ時にダウンジャケットを購入して準備して来ましたが、初日の夜は、特に寒かったです!と話しておりました。3月中の初期研修を終え、4月からは特養中通の各フロアに別れて実務研修が続きます。当法人の仲間となった笑顔が素敵な3人へのご声援を宜しくお願い致します。

HOKU TOPICS

ホリトピックス



総合司会 村田 耕司 (カメラ教室)



側でありながら非常に学び... できない、主催者... 話をゆつくり聴講することも... 見知りな私は、緊張で夜も眠りません。

共に学び、生きる共生社会コンファレンス



中通クラス

令和8年度 令和8年2月21日 秋田市文化創造館

社会福祉法人北社

デザイナーほくと 係長 村田航也さん

手探りで、障がい者の生涯学習教室の一員として始まった「中通クラス」。気づけば2年目のコンファレンスを終えることが出来ました。2年連続で総合司会を務めることになり、口下手で見知りな私は、緊張で夜も眠りません。



ほくと障がい者の生涯学習教室

中通クラス NAKADORI CLASS



編集後記

桜のつぼみもほころび、いよいよ新年度がスタートしました。今号では、賑やかに行われた春の行事や、フレッシュな新入職員の紹介をお届けしました。この春は退職するスタッフとの別れもあり、少し寂しい気持ちもありましたが、フレッシュな新入職員を迎え、施設内は一気に賑やかさを増しています。

春の行事で弾けた皆さんの笑顔を糧に、新体制でも「明るく、楽しく、自分らしく」過ごせる場所づくりに励んでまいります。新しいメンバーを見かけたら、ぜひ気軽に声をかけていただくと嬉しいですよ!



田村