

2023年も、残り少し!

これだけはやります

宣言!



2023年もラストスパート、
これだけはやり遂げたいということ
を代表職員4名にインタビューしました。
みなさんはやり残したことはありませんか?
まだ間に合いますよ!



めいわ竜洋保育園
保育士

むらまつ かなえ
村松 可苗 さん

2023年
これだけはやります!

断捨離

使わなくなった季節の飾りを見直して、量を減らします。
すでにはじめていて、残りはクリスマスのもので
す!また、大好きなバンドが掲載された雑誌の切り抜き
のファイリングも、写真以外は処分してスッキリしたい
と思っています。

やろうと決めたエピソードや理由

仕事で使うものをはじめ、大好きなバンド、推しキャラク
ター、好きなモチーフ、季節の飾りなど、集めているものが
多い我が家。しかし、最近友人の家にお邪魔したときに、
物が少なく快適だったので、自分の家もスッキリさせたいと
思い立ちました。



あきは寮
副主任生活支援員

かとう まさかつ
加藤 昌克 さん

2023年
これだけはやります!

-5kg
ダイエット

食生活の改善と
ウォーキングなどの
運動をします。



やろうと決めたエピソードや理由

5月に行った健診で再検査になったこと、年齢も40代後半
になったこと、子どもたち(中学3年の娘、小学6年の息子)
のためにも健康でいることが大切だと実感しました。今まで
はダイエットに真剣に向き合おうとしませんでした。今回は
やり切ろうと思いました。



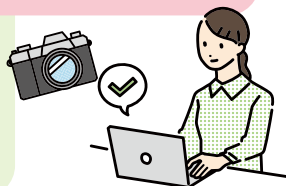
めいわ月見保育園
調理員

きね さき
木根 沙希 さん

2023年
これだけはやります!

子どもの
アルバムを
完成させる

子どもがもうすぐ4歳に
なりますが、生まれてから
今までの写真を印刷したきり、
アルバムに入れていません。
残り2か月で完成させたいと
と思っています!



やろうと決めたエピソードや理由

やろうやろうと後回しにしてしまい、結局何か月もほったらか
しになっていました。どんどん溜まっていく一方なので、
この場で宣言して実行しようと思いました!



明和ふかみの里
デイサービスセンター
介護員

うえた しん
植田 信 さん

2023年
これだけはやります!

よく食べて
よく寝る

食に関しては、私は好き嫌がなく食べられます。身体に
良いものを積極的に食べて、バランスの良い食事を
摂っていきたいと思います。昼間は元気に働き、生活し
て、夜はよく眠るように。夢の途中で目が開くと寝足り
ない感じになるので、ぐっすり眠れるように夢を見ない
ようにしたい!いや、それは無理かな?

やろうと決めたエピソードや理由

食欲の秋、睡眠の秋です。3食しっかり食べて、秋の夜長を
ゆったり過ごしたいのですが、しっかり睡眠も取りたいもの
です。健康第一、身体が資本。毎日元気に楽しく過ごしたい
と思っています!

し せ つ だ よ り

明和苑

森町立旭が丘中学校1年生

福祉体験学習

10月4日、5日に

旭が丘中学校1年生9名が福祉体験学習に来ました。
利用者様が使用している車いすの整備や、レクリエーションの
お手伝いをしてもらいました。



4日午後には包括職員による「認知症サポーター養成講座」に参加、
5日午後には車いす体験を行いました。生徒さんからは「楽しい!」の
声が聴かれました。

なんでも
相談室
絶賛開室中!

職員の方が日頃聞けないご相談をお受けいたします。
回答は、相談内容に応じて職員がお答えします。
ぜひご利用ください!

／こちらから!／



URL: <https://customform.jp/form/input/144525?key=71067520>