



題字：山崎 力さん

## Vol.5 夢をいって アルプス福祉会だより 食べる。毎日



社会福祉法人  
アルプス福祉会



### 「西部地区グループホーム(仮称)」開設準備中です！

アルプス福祉会はすでに松本市寿地区に3か所、神田地区に1か所グループホームを運営していますが、かねてより第2コムハウスがある松本市の西部(新村)地区に、「新たな暮らしの場」を求めるねがいが寄せられていました。

この“ねがいを形にしよう”と、2019年3月より法人事業計画に位置づけてきたものがアルプス福祉会で5か所目となる「西部地区グループホーム(仮称)」の開設です。おかげさまで、アルプス福祉会が事業を開始してから38年半、第2コムハウスが開所して21年半が経ちます。この時間の経過をとおり、障がいのあるご本人・ご家族の高齢化がすすんでいることが、「くらしの場」のねがいの高まりの背景にあり、とりわけご家族からは「親なき後のわが子のくらし」の心配を語る切実な声が寄せられてきました。また、グループホーム自体は増えてきているものの、行動障がいのある方など「重い」障がいのある方が利用できるグループホームが不足しており、西部グループホームは「重い」障がいのある方も利用できるものにしたいと計画しています。今回、入居者募集にあたって定員を大きく上回るご希望をいただき、切実なおもいが寄せられた折に、この課題をあらためて実感しました。

現在、建築工事が行われており、来年3月に竣工予定です。わたしたちは、入居者一人ひとりの「わたしの新しいくらし」を、一緒に一歩ずつ形づくっていきます。そして、かねてからのねがいに応える西部グループホームの開設を、性別年齢、障がいの有無などを問わず誰もが安心してくらす「多様な方をつみ込む地域」につなげていきたいと考えています。

完成予想図



設計：(株)小川原設計  
施工：新興トラスト(株)

西部地区グループホーム  
(仮称)  
2026年4月開所予定  
定員14名  
(男性7名・女性7名)



地鎮祭も無事終えることができました



西部地区に建設中の新グループホーム

**グループホーム  
職員募集中！**  
詳しい内容は  
ホームページまたは  
下記までお問い合わせ  
ください。



### アルプス福祉会の「推し活」、しませんか？

アルプス福祉会は「障がいのある人もない人も、お互いに尊重しあい、協力して生きていく」地域をつくり続けて39年目を迎えます。そんな地域づくりをすすめるために、皆様からのご寄付を募集しています。私たちと一しょに地域づくりをすすめていきませんか。

アルプス福祉会ではさまざまな寄付の方法をご用意しております。

| マンスリーサポーター<br>(毎月の寄付) | イヤーサポーター<br>(毎年の寄付) | いつでもサポーター<br>(不定期または随時の寄付)           |
|-----------------------|---------------------|--------------------------------------|
| 毎月 500円               | 毎年 5,000円           | 従来通りの寄付<br>(個人・法人・団体)も<br>お受けしております。 |
| 1,000円                | 10,000円             |                                      |
| 5,000円                | 50,000円             |                                      |

いただいた寄付金は主に以下の  
事業に使用させていただきます。

- 新事業の開設や既存施設の修繕
- 送迎車両の購入・修繕
- 地域との交流や学びの場づくり

●寄付金額にあわせた税金の控除が受けられます。 ●くわしくは下記までお問い合わせください。

SNS発信中

※下のQRコードをスマートフォンのカメラで読み込むとアクセスできます。



Instagram インスタグラム  
Facebook フェイスブック  
各事業所の日々の活動の  
様子を配信しています



note ノート  
職員によるコラムなどを  
配信しています

社会福祉法人 **アルプス福祉会**

〒399-0021 長野県松本市寿豊丘 642-1

TEL (0263)85-4141

FAX(0263)31-3696

ホームページ <https://alpsfukushikai.jp>





## 特集 食べる。毎日

生きるために欠かせない「食」には、一人ひとりの好みがあり、カタチがあります。  
つくる人の思いがあり、「今日のご飯は何?」「〇〇だよ」というコミュニケーションが  
あります。「食べる」ことは、カラダだけでなく、こころの栄養補給!  
今回はみんな大好きな「食べる」風景、そしていつも食事を  
つくっている職員さん取材しました。

## 通所事業所の昼ごはん (コムハウス・ねくすと・第2コムハウス)

厨房では、食材宅配サービスの献立の日だけでなく、職員が考えたオリジナルの献立の日があります。  
「食べてくれるなかまも、つくっている職員も楽しくなるようなメニューを考えています。」と、第2コムハウス職員の浅野さんは本や過去の給食記録簿を参考にしながら献立を作成していました。  
コムハウス職員の山本さんと大武さんは、朝早くから調理を始めていました。アレルギーや好き嫌い、きざみ食などにも対応しながら次々と食材を仕上げては盛り付け、ねくすと用の弁当箱に詰めて温かいうちに車にのせて運びます。山本さんは「10時までは本当に緊張と集中の時間ですよ。」と笑って答えてくれました。

「今日のお昼は〇〇だよー!」と、朝から献立表を確認するほど、みんな楽しみにしている給食ですが、食事をするスタイルはひとそれぞれ。場所やタイミング、食事の形態など、なかまがおいしく、たのしく食事ができるようにしています。  
コムハウスでは、給食ができた後、職員がハサミで一口大に切ったり、細かく刻んだり、ミキサー・ブレンダーを使ってペーストにしたりしていました。  
すまいる班職員の菊原さんはその人の食べる力に応じて日々調整しています。また、食材の彩りも楽しんでもらえるように盛り付けます。  
経管食の注入前には「本人に今日のメニューを紹介し、みんなと同じ食事をとっていることを共有して楽しく食事をとっていただけるようにしています。」と、日頃の支援の工夫を話してくれました。



給食づくりが終わって、やっとひと息ついたら、給食の感想やなかまの食事の様子などを記入した検食簿に必ず目を通してあります。これが私のこの仕事のやりがいなんです。」と、笑顔で眺めている山本さんです。

## さらにおいしくなるっ! マイスタイル紹介

私には、私なりの食の流儀がある...  
こだわりの食べ方をご紹介します。

### 片づけは完璧!



まずは仕分けて食器をきれいに片づけたら、気持ちもスッキリ。おいしさも格別。

### マイ食器は安心



自分のスペースで、自分の食器で食べるのは、やっぱり落ち着きますね。

### 乳酸菌飲料の水割り



乳酸菌飲料を水で薄めると、これがまたさっぱりしてうまいっ!

### パンにはコーヒー



給食がパンの日は、必ずバリスタが登場。みんなにもコーヒーをふるまいます。

### なんでものつけ丼



おかずをすべてごはんの上につけると、おいしー!

## グループホームのごはん



なかまが暮らすグループホームでは、1週間分の朝・夕食の献立をつくり、まとめて食材を買い物に行きます。  
7、8人×7日分の食材はすごい量! 献立ごとに仕分けてから日付をつけて、冷蔵庫にしまします。職員の堀江さんにお話を聞きました。一番大変なのは、食事をつくる職員が毎日ちがうところかな。つくろうと思ったら食材がなくなってる...なんてことがないように、食材の仕分けや情報の共有を大事にしています。」  
そして取材の日は、Nさんの誕生日。事前にNさんに聞いて、希望に沿った誕生日メニューで食卓は華やき、グループホームで一緒に暮らすなかま達とお祝いしていました。

