

特定非営利活動法人りあん 地域生活サポートセンターじゅぶ通信



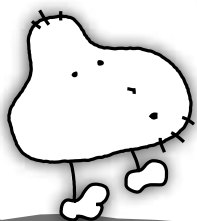
ぬぶほん

特定非営利活動法人りあん 地域生活サポートセンターじゅぶ通信「ぬぶほん」第9号 2009年7月



4者4様の卵焼き

料理研修しました!
卵焼きもそれぞれに個性が…? 詳しくは6pへ。
他には、事業報告、新コーナー、ヘルパー日記、川柳…
今号は盛りだくさんですよ!



2008年度事業報告(要約・抜粋)

居宅支援・外出支援ともに事業規模が計画よりも大きくなった。依頼が増加し、それに対応した結果である。主な成果として以下を挙げる。

- ・以前より課題であったサービス実施記録の整備を試験的に実施した、本格実施は翌年度につなげる。
- ・支援内容に合わせて手袋や消毒液の使用など、利用者・ヘルパーの安全面を見直した。
- ・登録ヘルパーとの関係を深めるため、状況把握する機会を多く持つよう努めた。特に学生など経験の少ない者に対するフォローという点で有効であった。

一方、地域全体としてヘルパーが不足しており、当事業所でも応えられず断らざるを得ないことが多い。また、苦情、事故などの多い年であった。不快な思いをさせた方、迷惑をかけた方には大変申し訳なかった。一方、意見をいただくことで、事業所としてのあり方や方針をあらためて議論し、見直すきっかけとなったことはありがたかった。

相談支援事業は3年目となり、相談はますます増加傾向にある。研修開催事業は広報に力を入れた結果、多くの応募があり、その後の従業員(登録ヘルパー)の増員にもつなげていくことができた。

計画通り従業員確保のための活動に力を入れた。ただし、常勤ヘルパーの増員については、年度途中で方針を変更し、求人を取り下げている。いわゆる専門職が抱え込むのではなく、地域全体で少しずつ助け合う方が望ましいという思いから、常勤ヘルパーよりも登録ヘルパーによるサービス提供の割合を増やしていく方針とした。また、不測の事態により年度途中で大幅に利用が減り、金銭的にも常勤従業員の増員は困難となった。このことも方針転換の理由となった。

常勤従業員はヘルパーとして従事するよりも、状況把握や登録ヘルパーへのフォローに力を入れるよう努めた。

利用者数(人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
大津市	40	41	40	42	38	40	36	39	41	41	42	43
その他	15	13	13	15	15	14	13	13	15	13	11	15
合計	55	54	53	57	53	54	49	52	56	54	53	58

(参考:2007年度 月当たり合計利用者数 53名~60名)

- ・グループ支援のみの利用は人数にカウントしていない。

介護種別利用時間数(時間)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
身体介護	145	146	135.5	170	159	124	138	132.5	139.5	136	112	152	1689.5
家事援助	62.5	53	65.5	58	73.5	60	62	69.5	69	67.5	74.5	74	789
通院介護	18	20.5	21	19.5	16	18	36.5	32	13	11.5	13	15	234
行動援護													0
重度訪問介護	1307	1256	1231	1284	1190	1155	1240	1152	1255	1284	1086	1107	14547
移動介護	211.5	239	177.5	241.5	197	198.5	211.5	199	212.5	234.5	214	253	2589.5
グループ支援	30.5	72.5	137	109.5	235	52.5	71	65	74.5	46	33	64	990.5
合計	1775	1787	1768	1883	1871	1608	1759	1650	1764	1780	1533	1665	20839.5

(参考:2007年度 合計時間数 19,136時間)

※以上の2表は、居宅支援事業と外出支援事業を含む

従業員数(実働)(人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
常勤ヘルパー	4.25	4.25	4.25	4.25	5.25	5.25	4.25	4.25	4.25	4.25	4.25	4.25
常勤相談支援員	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
常勤事務員	0.25	0.25	0.25	0.25	0.25	0.25	0.25	0.25	0.25	0.25	0.25	0.25
非常勤ヘルパー	46	46	48	56	50	48	47	48	48	46	49	47

※常勤に少数があるのは勤務時間の按分による常勤換算のため

例)相談支援員の1名は2名の常勤換算(0.75+0.25=1)

※ヘルパーには、居宅支援事業と外出支援事業を含む

特定非営利活動法人りあん 地域生活サポートセンターじゅぷ事業活動収支

2008年4月1日～2009年3月31日 (単位:円)

	今年度予算額	決算額	差異	備考
収 入				
1 会費収入	120,000	105,000	-15,000	
会費収入	120,000	105,000	-15,000	3団体30,000 16個人75,000
2 寄付金収入	0	0	0	
寄付金収入	0	0	0	
3 助成金収入	763,020	1,389,020	626,000	
助成金収入	763,020	1,389,020	626,000	社宅477,000・家賃286,020・重在基整626,000
4 事業収入	48,463,000	50,107,673	1,644,673	
居宅支援事業収入	37,200,000	38,144,423	944,423	
外出支援事業収入	7,440,000	7,772,900	332,900	
相談支援事業収入	3,195,000	3,384,650	189,650	大津市委託3,150,000・調査34,650・県200,000
福祉輸送事業収入	288,000	473,850	185,850	
私的居宅支援事業収入	160,000	97,850	-62,150	
研修開講事業収入	180,000	234,000	54,000	
5 雑収入	57,000	88,716	31,716	
雑収入	57,000	88,716	31,716	委員報酬・講師謝礼など
事業活動収入計	49,403,020	51,690,409	2,287,389	
支 出				
1 人件費支出	39,766,000	41,201,296	1,435,296	
給与手当	32,654,000	33,961,232	1,307,232	
賞与	5,212,000	4,571,200	-640,800	
法定福利費	1,900,000	2,668,864	768,864	
2 事務費支出	860,000	547,338	-312,662	
福利厚生費	600,000	434,638	-165,362	退職金共済・検診・予防接種など
研修費	250,000	103,100	-146,900	
諸会費	10,000	9,600	-400	
3 事業費支出	7,918,559	7,786,847	-131,712	
旅費交通費	120,000	38,640	-81,360	通行料など
消耗品費	200,000	94,623	-105,377	コピー用紙・洗剤・衛生用品など
印刷製本費	65,000	61,585	-3,415	通信・封筒・名刺など
水道光熱費	230,000	225,654	-4,346	水道・電気・ガス・灯油など
広告費	80,000	15,000	-65,000	
車両費	400,000	432,020	32,020	車検・整備・タイヤなど
燃料費	950,000	1,348,217	398,217	ガソリン代など
通信運搬費	480,000	461,711	-18,289	電話・ネット通信費・郵便など
会議費	3,000	0	-3,000	
事務用品費	50,000	1,974	-48,026	ファイル代など
新聞図書費	54,000	2,310	-51,690	書籍購入など
手数料	140,000	91,331	-48,669	振込手数料など
損害保険料	520,000	507,040	-12,960	車413,710・福祉70,230・火災23,100
賃借料	2,466,000	2,530,270	64,270	社宅708,000・駐車422,400・事務1,260,000など
租税公課	30,000	16,991	-13,009	軽自動車税・印紙代など
リース料	750,000	742,190	-7,810	プリンタ・介護請求ソフトなど
食料費	10,000	40,029	30,029	研修用食材・お茶など
支払報酬	1,150,000	1,148,040	-1,960	労務・会計・セコム・研修講師・ネット管理
交際費	10,000	8,622	-1,378	
雑費	0	20,600	20,600	
予備費	210,559	0	-210,559	
4 減価償却費	858,461	897,717	39,256	
減価償却費	858,461	897,717	39,256	車輛4台798,321 トイレ60,568 エアコン38,828
事業活動支出計	49,403,020	50,433,198	1,030,178	
事業活動収支差額	0	1,257,211	1,257,211	

尚、事業報告書、計画書、収支計算書、貸借対照表、財産目録、など参照を希望される方は、申し出て下さい。全て、公開しています。

自立生活と危機管理

私はじゅぶ常勤従業員の中で唯一障がいを持つ者です。私が「じゅぶ」の中でどのような立場に立つべきなのか日々迷いながら業務に携わっています。と申しますのは、利用者としての思いも、事業所側（ヘルパー）の思いもそれなりには理解できるからです。

まず私自身の話をします。骨形成不全症の障がいがあり車イスを利用し、事務所の近くで一人暮らしをしています。食事・入浴・掃除・洗濯…自分でこなしています（自分では不可能なこともありますので1～2ヶ月に1回程度じゅぶの利用と、たまに妹が来てくれて頼む程度）。

介護派遣事業所に勤務しながら何だか反するようですが、介護を利用しての生活が苦手です。元々人との関係を築くのが苦手なのですが、ヘルパーはあくまでお手伝いさんではありません。利用者側が細かい指示をして動いて頂くのが基本かと思います。そのやり取りのしんどさやプライバシーの問題。特に私がじゅぶの介護を利用した場合、プライベートと仕事の区別がつきにくい等々があります。周囲の人は「ゆくゆくの体の事を考えてヘルプ（介護）を使った方が良いよ」とか「谷井君はええよなあ自分で出来るから」と言われたりします。24時間もしくは長時間ではなくとも介護が必要な人にとっては贅沢な話かもしれません。じゅぶに配慮してもらって短時間労働で仕事と生活を両立させていますが、1日・1週間・1ヶ月…と続いていくと疲れも出ますし、肩や背中に違和感も出てきます。身体的な状態がこのまま続く訳ではないでしょう。二次的な障がいが出て来ることも十分考えられますので、今から備えが必要かと思います。私個人の危機管理です。

私自身はこのような生活をしていることもあって新型インフルエンザの問題があっても個人的にはほとんど支障がありませんでした。しかし、事業所の一人としては私個人が良ければ済むという話ではありません。

危機管理の話になりますが、今回新型インフルエンザ騒動で皆さんには大変ご迷惑をおかけしました。外出（余暇）支援に該当する内容のものをお断りしたり、生活に関する介護についても時間を短縮させて頂いたり、登録ヘルパーの多くが学生に依存しているため学生自身の活動も制限されたことで、十分な対応が出来なかったことと思います。特に、福祉関係団体が軒並み休業措置を執らざるを得なかったことで、日中の生活に困られた方も沢山おられたでしょう。また、一旦引き受けたにもかかわらずお断りしたケースもあり憤慨なされた方もおられたと思います。じゅぶの従業員および運営委員との間で意思統一が出来ていなかった事や普段からの危機管理不足が原因です。お詫びいたします。

私が冒頭でどの立場に立つか…と書いたのは、利用する側の立場からすれば普段の生活を保障して欲しいという気持ちも理解できますし、一方で事業所側に立てば利用者の安全確保、ヘルパーの安全確保（今回であれば感染予防）も必要です。障がい当事者でありながら、当事者の思いと逆行する立場で物事を考える事も出て来ることに、悩みが深くなります。

今回の新型インフルエンザは弱毒性ということもあり個人的には県・市の措置が過大だったのでは?とも思います。それでも障がい者は一般的に体力がありません。重度の方や合併症をお持ちの方もおられます。この秋にはもっと大きな規模で発生することも予想されています。今は弱毒性でも強毒に変異すると予想する人もいます。さらに、元々心配されていた新型インフルエンザは鳥から発生するH5N1型といわれる強毒性のものでした。これとていつ発生するかも知れません。単にウイルスの問題だけではなく、自然災害などは今日明日にでも起こりうることです。果たして、そのような緊急事態にどこまでじゅぶが対応できるのか?利用者の生活をどこまで守れるのか?けてじゅぶが万能な場ではないということをご理解頂いた上で、私を含むじゅぶの運営委員と従業員で、緊急時対応の検討を至急行い（この通信が届く頃にはすでに協議していると思います）、危機管理体制の強化を図りたいと思います。（谷井）

ユーキ●ンではありません

いざ、なりたい自分へ？

じゅぷでは毎年1回、地域一般の方々に対し「重度訪問介護従業者養成研修」を実施しています。ご存知の方も多いと思いますが、漢字がたくさん並んだこの研修はいったい何なのか?と言いますと、ヘルパー2級や介護福祉士と同じような「じゅぷ」で従業していただくために必要な公的資格の1種であります。県知事からも指定を受けています。この研修を修了すると履歴書に記入することも可能ですし、じゅぷのような全国の障害居宅介護事業所でも修了者として通用します。ただし「重度訪問介護従業者」はヘルパー2級や介護福祉士と違って制限が多いのも事実です。介護保険の事業所では通用しない。そして重度訪問介護の支給決定を受けている利用者の方々にはサービス提供できないといった制限があります。

では、なぜ「じゅぷ」ではこのような研修を毎年開催しているのかといえますと、まず他の資格よりも安価でかつ短期間で修了が可能なので、学生や地域の方々で「興味はあるけど、お金や時間がない」というようなケースにぴったりと当てはまります。(表参照)

ふたつめには、啓発活動の意味合いもあります。地域一般の方々には「福祉」や「ヘルパー」というと、どうしても高齢者(介護保険)をイメージしてしまいます。それは仕方のないことだと思います。そのひとつの理由に障害を持たれた方と高齢者の絶対人口が圧倒的に違いすぎるということがあると思われます。それに比例して事業所数も全然違います。そういった意味からも障害の事業所は地域の中で理解を得ながら、埋もれないためにも絶えず、啓発活動は必要だと考えています。

こうした観点から毎年「じゅぷ」では「重度訪問介護従業者養成研修」を開催しています。今年も秋にやります。来年もやります。昨年度の研修でも学生を中心に定員以上の申込があり、ありがたく思っています。昨年の研修を修了して、すでに「じゅぷ」で従業していただいている方も多数いらっしゃいます。もし、皆さんのまわりでも興味をお持ちの方がいらしたら、ぜひぜひ声を掛けてみてください。またすでにヘルパー資格や介護福祉士などの資格をお持ちの方の受講も大歓迎です。またこの研修を受講したからといって、「じゅぷ」での従業を強要するものではありません。受講生全員の方がこの研修を通じて障害を持たれた方の生活がどういったものなのかを少しでも理解し、考えていただければ、この研修は大成功だと考えています。(阿部)

主な介護資格

実務経験	重度訪問介護 基礎課程及び追加課程	ホームヘルパー2級	介護職員基礎研修			介護福祉士 (国家資格)
				ヘルパー2級 1年未満	ヘルパー2級 1年以上	
講義時間	10	100	360	210	150	従業期間 1095日(3年)以上
実習時間	10	30	140	140	0	かつ従事期間 540日以上
総時間	20	130	500	350	150	で受験資格取得
一般的な 価格	一般 15,000円 学生 7,500円 (じゅぷの場合)	約7万～ 10万円	約17万円	約15万円	約12万円	国家試験受験⇒合格⇒登録

*介護福祉士の従業期間や従事期間は「じゅぷ」においてもカウントされます。詳細は事務所までお問合せください。

研修報告

内部研修「料理研修と交流会」

2009.3.15 (日)

みなさんこんにちは!だいぶん外を歩くのにもしっとり汗をかく季節になってきましたね。もうすぐ、ダイエット強化週間を始めなければと思う今日この頃です。(まあ、口で言うだけで特に何もせず秋が来そうですが(笑))

さて、少し前の話になりますが、3月15日(日)にスキルアップ研修を担当させて頂きました。午前中は料理の基礎研修で、午後は交流会をしました。

料理の基礎研修は、講師として杉尾先生に来て頂き、ご飯の炊き方から、煮魚、ダン巻卵、ほうれん草の和え物、肉じゃが、みそ汁を教えていただきました。

沢山の方にきて頂きたい!という思いも、もちろんあったのですが、私自身、高校家庭科に行っていたにも関わらず、とても残念な腕前なので(涙)今回、お米の研ぎ方から「へー!」と思う発見もあり、とても勉強になりました。杉尾先生ありがとうございました!

ただ、欲張って品数を多くしてしまった為に、作るのも、食べるのも大変になってしまいました。量はもう少し少なくてよかったですね…。すみませんでした。

この研修で何をするか、検討している際「野菜の切り方が分からない」「さじの使い方が



分からない」と言った意見も多く聞きました。この研修に参加して下さった方達が、「料理が苦手」ではなく「楽しい」と思い、ヘルプ以外でも参考にさせていただければ嬉しく思います。

交流会では普段、登録ヘルパーさんたちとゆっくり話す機会もないので、大きなテーマは決めず、登録ヘルパーさんがいつも思っていることを気ままに話していただきました。みんなそれぞれ、疑問や思いもあり、利用者さんとの関わりあいの話を聞いたり、登録さん同士のつながりも、もっとあれば…等の意見もありました。皆さんの御意見等、この研修で話を終わらさず、次に繋げていけたらな…と思いました。

次回また、10月に研修をさせていただくので(内容は異なりますが)、多くのご参加お待ちしております!

今回研修用に作って頂いた料理のレシピ、事務所にありますので、欲しい方いつでもお声かけ下さい! (上井)

※この研修は「滋賀県在宅重度障害者地域生活支援基盤整備事業費補助金」を活用しました。

ち めかちゃん家の工夫あれこれ



みなさんこんにちは! 今回は、我が家で日頃やっている事を紹介します。元々ズボラな私は、いかに手を抜いて最小限に家事をするか考えてます(笑)

その①料理編…

冷凍室には通年、刻みネギ・うどん、そば等麺類・食パン・生姜など入ってますがとっても便利!!生姜は皮のまま洗って袋やタッパーに保存しておくとし金で凍ったままサッと必要な分だけ使えますし、解凍もすぐなのでもちろん煮付け用にスライスも可能。小口切のネギもあればこの夏大活躍しますよ。

《ゆで玉子》

玉子は沸騰したお湯から茹でると殻が簡単に剥けます。

おたまに乗せ、沸いた湯の中にそっと入れ中火で10分。冷水にとりさます。

玉子を平らな所で少しの力を入れ全体にヒビを入れると繋がって殻がむけます。

☆ 多めに茹でてタッパーに濃い目の麺つゆを入れて一晩置くと煮玉子風になって弁当や素麺などにも使えるよ。泡だて器を使うと素早くみじん切ができサラダやサンドウィッチにも。

《健康ドリンク》 食欲が落ちる夏にこんなドリンクはいかが～

①豆乳100cc程度、②果物(バナナ、りんご等)+③野菜(キャベツやブロッコリーの茎、人参など)④酢少々(りんご酢、黒酢など)⑤水100cc⑥少々の水

①～⑤までミキサーにかけジューズ状になったら氷を加え粗砕けば出来上がり。

注:いつもはミキサーに入る分(家族4人分)を目分量でつくるので上記の量はあくまで目安。変色しやすいため、出来たてをどうぞ。

【身近な出来事】

私の地区ではカラス問題発生!朝8時から回収車が来るまでの30分間にゴミ出ししているにも関わらず、カラスにゴミを荒らされてしまいます。

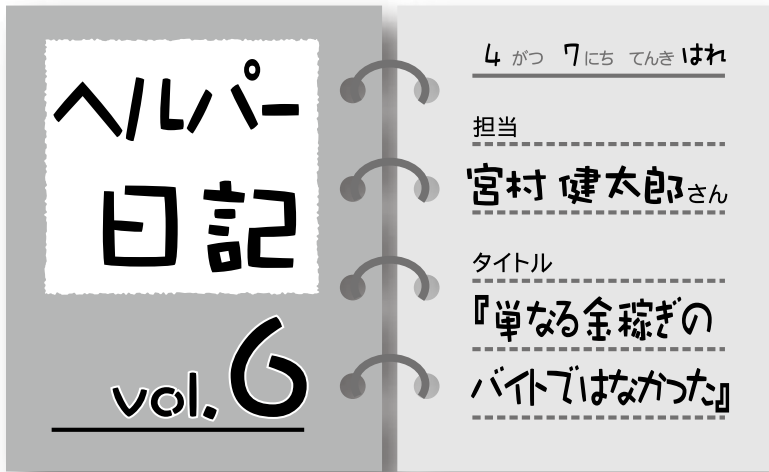
ゴミの分別が厳しくなり透明のゴミ袋になったもののカラスは視覚鳥類で臭いより見てやってくるようです。透明のゴミ袋の中は新聞で覆い余計にゴミを増やしているような…

分別も各自治体で方法も異なり、それに個人の感覚も加わり、それ程リサイクルされてないのが現状との声も聞こえてきます。カラスには黄色のネットが有効とも聞きましたが、皆さんのところではどのように工夫されてますか?

【ちょっといい話】

⇒人が動くを書いて働く(はたらく)と読みますが、ただ動けばいいのではなく、次の人が動きやすいように考えて動くこと、傍(ハタ)の人が楽(ラク)出来るようにすることが働くってことだと年配の方から聞いてなるほど～と。

⇒私たちの脳は鏡てき反応をするそうです。赤ちゃんが何でもマネをして覚えて行くように、大人になった脳もその反応は有り、自分が笑顔なら相手も笑顔になるそうです。あくびが連鎖するのもそうとか。円滑なコミュニケーションには作り笑顔でも必要みたいですね。(目片)



「単なる金稼ぎのバイトではなかった」
 深夜のコンビニバイトに飽き飽きして、何か違うバイトないかなと思いつけていた時、ふと立ち寄ったのがじゅぶの事務所でした。コンビニや飲食店より高い時間給、短時間の勤務が可能、たったこれだけの理由でじゅぶのヘルパー登録用紙にサインしました。もちろん今まで、誰かの介助などしたことはなく、障害者と話したことすらありませんでした。何とかなるさの精神で仕事を始めて1年の間、何とかなりませんでした。与えられた業務自体はそこそこなせていたかもしれませんが、やりがいや満足感は得られませんでした。今3年目にしようやくそれが強く感じられるようになってきましたが、当時は利用者に対して何かをやって

あげているんだという横柄な気持ち、障害者はこう、健常者はこうという勝手な決めつけが、仕事に対する熱を阻んでいたと感じています。これは無意識的な問題であり、気づくのは簡単なことではないと思いますが、実際に仕事を継続して、相手の方と長く良い付き合いをすることで、自然にその差別的な気持ちが解消されていくのではないのでしょうか。
 先月大学を卒業しましたが、在学中の講義で学んだことより、じゅぶで学んだことのほうがはるかに密度の濃いものであり、印象深いものでした。教科書通りにはいかず、決してマニュアルなんかはないというところにヘルパーの面白みがあると思います。学生のみなさんもぜひ福祉の現場を肌身で感じてみて下さい。

■ 介助者募集中! ■

- 仕事内容： 障害のある人の地域生活のサポート (家事、身体介護、外出時の介助など)
- 勤務体制： 月1回・30分からでも可 (土日のみも可)
 ■ 朝や夕方の依頼が多いですが、24時間365日様々あります
- 待遇： 居宅での支援 1,200円/時 + 交通費300円 (早朝・夜間は割増)
- 外出時の支援 1,000円/時 + 交通費300円
- グループ活動 700円/時 + 交通費300円 (ヘルパー資格無くても可能)

じゅぶ川(せん)のコーナー

今回のお題は、「初めて」です。

初めて〇〇した(する)ときの体験談や気持ちを、川柳にしてもらいました！

はじめてだ この寿司屋は 廻らない

電脳堂奥村さん

(編)お寿司屋さんへ行ったとき、息子さんが言っていたらしいですよ。

この歳で 初めてさがすの 難しい

永野朝香さん

(編)年を重ねていくと、仕事も恋人も新しく探すのは難しい。このご時世、若くてもそうかもしれない。でも、一度きりの人生。下を向いてはいられません！

初めての ビールが楽しみ まゆみです

堀内麻友美さん

もうすぐ二十歳。早くビールが飲んでみたい！

初めての 仕事にチャレンジ 真澄です

坂口真澄さん

(編)まちプロさんに実習にいられました。

ETC付けて 高速 デビューかな 目片真弓

娘も免許を取得したんで、みんなで故郷の福岡へ行けたらいいな…。

もういいよ いままで続く この騒ぎ

国実 紗登美

今回の新型インフルエンザ騒動。初めての経験に、どこもが対応に追われました。よい経験として捉えて、次に繋げていかないとダメですね。

泣く我が子 どうしようもなく 手を合わす

阿部 正之

(編)子どもを前に、眉毛が下がりつばなしなんでしょうね…☆

歳くえど 一年過ぎれば すべて初！

染井 将仁

永野氏の川柳に対抗してみました。今ならば初鰹ですか、四季ある土地に暮らせて幸せです。

コンタクト レンズを買ったら もうおしまい！

上井 英里

皆さんは定額給付金何に使われましたか？

今回は、まちプロさんへおじゃまして、川柳の投稿に協力をいただきました！

明るい話題から、最近の日本の厳しい状況を詠ったものまで、様々な作品が集まりました！ご協力いただいた皆さん、ありがとうございます。さて、次はどこへ行くのかな…

滋賀県在宅重度障害者地域生活支援 基盤整備事業費補助金を受けました

2008年度に表記の補助金を受け、中古車を購入しました。早速、日々活躍しています。車両不足が改善し、車を使用した支援が少し受けやすくなりました。ありがとうございます。



次回スキルアップ研修のお知らせ

- ☆日時 10月4日(日) 9:30~12:00
- ☆場所 未定(瀬田近隣の市民センターなどを予定)
- ☆講師 阿星山診療所 精神科医 本谷研司医師
- ☆内容 「当事者(知的や精神障害のある方)の思いやニーズに添ったヘルプのあり方とは」

また、内容は未定ですが、11:10より交流会を予定しています。
※詳細は8月末頃に連絡いたします。たくさんのご参加お待ちしております!

あ と が き

最近、あらためてソフトテニスがんばってます。いろいろ興味を持っては、やってみる性格(悪く言えば飽き性)なのですが、ソフトテニスだけは永く続けてます。中学からなので20年以上。そして、仕事として障害のある人と関わることも12年を過ぎました。私にしては永く続いていると言えますね。とはいえ、どちらもまだまだ未熟です。成長途中と信じ、これからもがんばりますよ!(染井将仁)

生まれも育ちも長浜です(子どもの頃の施設入所を除く)。長浜への愛着を持っているつもりですが、恥ずかしながら長浜市が二段階目の市町村合併を行うことを最近知りました。合併することで市民一人一人にどれ程のメリットがあるのか…気になりますねえ…。(谷井敏治)

ビールのおいしいこの季節。最近、話題になっているアルコール0のビール。今まで、ノンアルコールビールといっても少量のアルコールが含まれていたため、多量に飲むと酔っぱらってしまっていた。しかしこのビールはアルコールがまったく含まれていないそうで、飲んでも運転OKらしい。ビール党として、早速飲んでみた。味は普通のビールとあまり変わらない。というか結構おいしい。値段的にも経済的。しかし何か物足りない。それは何か?考えてみた。おそらくそれは酔わないためではないだろうか?何杯飲んでも酔わない。やっぱりアルコール入りのビールがいいなあ。(阿部正之)

最近、バスケ始めました! やり始めると楽しくて仕方ないですね♪ でも、ブランクがありすぎて、どう動いていいのかわからないし、シュートは入らないしで、散々な状態です。うまくなりたい! って思いました。バスケ始めたあの頃を思い出します…。あれは…確か…小学3年生のことでした…!!(國寶紗登美)

じゅぷに入社してから二度目の夏です! 去年は紫外線対策なんて全くしなかった…訳ではないのですが、途中から諦めてしまった為に、腕と首が真っ黒になるという結果になってしまいました(涙)。今年は三十路目前!! UVケアは徹底していきたいと思います。あと、20代最後の夏! 脱☆インドア! いろんな所に出かけたいと思います!!(上井英里)

じゅぷの常勤になってようやく1年になるうとしています。めまぐるしい1年でした。毎日が初体験の連続でそれでもまだお出会いしてない人も、やったことのない事もたくさん!! アラフォーにして刺激があることって素敵ですよ。今後もどうぞよろしくお願い致します★(目片真弓)