

【手工芸】くるみボタンストラップの作り方



【材料】ダイソーのくるみボタンとお好みの布、ボンド、細めのゴム紐とお好みの太めの紐、ストラップ、鈴、ペンチ

【作り方】

ペンチなどで金具をとる、布をくるみボタンのサイズに切りくるみボタンにはめ

る。3 cmのゴム紐を少し出るとめてもう1つのくるみボタンとボンドでくっつける。

くるみボタンのサイズの太めの紐をボンドで巻きとめ乾いたらストラップを付け完成！（お好みでストラップに鈴つけても可）

【感想】くるみボタンに使用する布や太めの紐でお好みのストラップを作ったり、くるみボタンの中にマース（塩）を入れてお守りストラップを作ったりとアレンジして自分だけのストラップを作れたりとても楽しいです。ここでは、マースを入れ販売しています。売れたら嬉しいものですね。

（訓練生 K）



障がい者支援センター アップドゥぎのわん（就労移行／継続 A 型／B 型／定着支援）

住所：〒901-2224 沖縄県宜野湾市真志喜 2 丁目 4 番 3 M' sビル 3F

TEL/FAX：098-943-5357/098-943-5358

就労移行：098-988-8776 E-mail：info@appdu.jp

アップドゥぎのわんでは現在、訓練生募集中です！

見学・体験も出来ますので、ご希望の方はお気軽にご連絡ください。

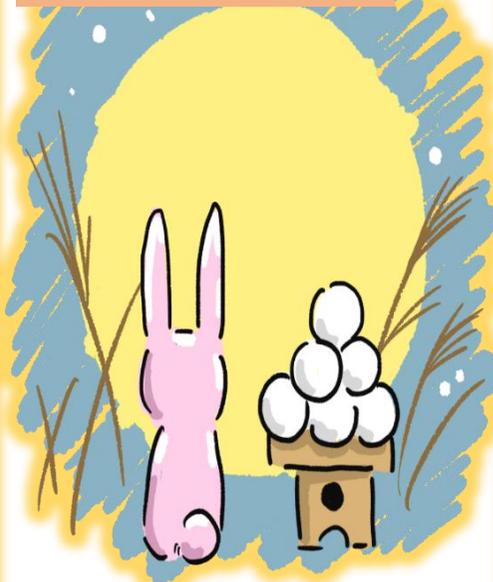


障がい者支援センター アップドゥぎのわん月刊広報

APPDU!DO!

広報誌「APPDU!DO!」は訓練生が制作する、アップドゥぎのわんの情報をまとめた広報誌です。

2023年9月・10月号



【今月のDO】初挑戦

【雑学】アスリートがネックレスをつける理由

【おススメ映画】「遠いところ」 工藤将亮監督

【畑でDO】大変だけど楽しい

【手工芸】くるみボタンストラップの作り方

目次

【今月のDO】初挑戦



私は今回、初めてのことに挑戦しました。A型事業所のホテルのベッドメイキングです。自分自身の適性を知るためにも良い体験ができたのではないかと、思います。実際にベッドメイキングをやってみた感想は、最初はやはり手順を覚えることに精一杯でしたが、すぐに慣れてきて一つひとつ丁寧にできました。ホテルなので丁寧に心を込めて作業することにも意識して行い、ペアを組んだ人とも上手く息を合わせられました。体力的に少ししんどかったのですが、それ以上に充実した時間で、普段立ち仕事でここまで動くことはないので、その中で集中して作業を行うことは新しい体験になり良い勉強にもなりました。これからも挑戦する心を持ち続けていろんな事に挑戦していきたいです。(訓練生S)

【雑学】アスリートがネックレスをつける理由

多くのアスリートが磁気ネックレスを着けています。皆さんは「ファッションで着けて走ってるでしょ」と思っていないですか？

多くのアスリートが磁気ネックレスを着けるのは、肩こり改善や血行を良くし筋肉状態をよくすることでより良いパフォーマンスをするためです。

アスリートにとって筋肉のこりはパフォーマンスにも影響するため、多くの選手はプレー中もパフォーマンスの向上を目的として着用しています。

また、磁気ネックレスは長時間つけても大丈夫です。初めて使う時は、まず6時間程着けてみて、赤みや痒みが出なかったら長時間使用しても大丈夫です。特別な施術をしてもらう時間を取らずとも、ネックレスをするだけで効果が少しでも感じられるなら嬉しいでしょう！(訓練生J)



- ★これまでの就職先
- ・海邦病院(環境整備)・メイクマン(品出し業務)・琉球大学(総務)
 - ・ドゥ・林・テ(販売/品出し業務)・西原町教育員会(事務補助)・KDDIエボルバ(清掃業務)・福寿園(介護補助)
 - ・JAおきなわ(集荷業務)・テイスサービスおれんじ(介護補助)・ダイソーはにんす宜野湾店(品出し業務)

【おススメ映画】「遠いところ」 工藤将亮監督



この映画は、監督が3年の構想を経て独自に取材を行い、沖縄のリアルを追求した作品となっています。舞台は沖縄市コザ。夫・マサヤと幼い息子・健吾と3人で生活している17歳のアオイ(花瀬花音)は生活のためにキャバクラで働いているが、彼女は貧困と暴力の悪循環に追い詰められていく。

この映画は決して大げさなことではなく、現代の沖縄で起こっているリアルであり、誰がアオイのような少女たちを救えるのか、救うにはどうしたらいいのかを考えさせられる作品となっております。一人ひとりができることは限られているかもしれないけれど、まずは「知ること」が大事だと感じ、沖縄のことについてみんなで考えていけたらいいなと思いこの作品を選びました。(訓練生M)

【畑でDO】大変だけど楽しい

毎週水曜日に畑に行っています。暑いので、作業した後は休憩して、水分補給を取り熱中症対策しながら作業を行っています。5月に植えた野菜たちは3ヶ月になりました。就労移行で育てている野菜は、トウガン、キュウリ、モウイ、ニラ、オクラ、サニーレタスなどです。畑に行って、野菜が大きくなっているのが分かるのが嬉しい瞬間です。B型利用者の方や職員と、いろんな作業に挑戦して汗をかきながら頑張りました。野



菜が大きくなったら販売です。就労移行で植えた野菜や作った手芸品を北谷町役場まで販売に行きました。畑作りから始まり、収穫、野菜の計量や袋詰めまで自分たちで行った野菜をお客さんに買って頂き、完売したことが一番うれしかったです。(訓練生Z)

- ★サーティファイ合格者数(令和5年5月現在)
- ・ワード 1級(5名)・2級(11名)・3級(28名)
 - ・エクセル 1級(7名)・2級(9名)・3級(23名)