発行者　障害者就業・生活支援センター らいふあっぷ　　最終号　2026年4月1日

仕事人のつぶやき

最終号

最近食べた美味しいもの

五目うま煮めん。抹茶あんみつかき氷バニラのせ。どっちも美味しいです。

私のリフレッシュ方法

冷蔵庫で冷やしたエナジードリンクを一気飲みすると、気合いが入る気がします。

近況報告

仕事は十年以上続けられています。仕事に行くのが心身共によい健康法だと思います。

私のオススメのイベント♪

燕市の分水おいらん道中です。たくさんの人が観にきます。初めて見に行ったとき、近くにこんなすごい催しがあるのかと、びっくりしました。

私のオススメのスポット♪

弥彦山山頂。登山でも行けますが、ロープウェイでも行けます。越後平野や佐渡ヶ島が見えて気分がいいです。

らいふあっぷスタッフおすすめの〇〇 その1

おすすめのパン：**徳之助の食パン**

おすすめのお菓子：**岩塚製菓のバンザイ山椒**

山椒のしびれがクセになる。イラストもいやされます💖

らいふあっぷスタッフおすすめの〇〇 その2

おすすめの水族館：**山形の加茂水族館**。クラゲが沢山！

おすすめの野菜：**ブロッコリー**。５０年ぶりの指定野菜に！

おすすめのランチ：**ばるむ食堂**。ハンバーグとカレーラーメンもおいしいです。

らいふあっぷスタッフおすすめの〇〇 その3

おすすめの化粧品：**薬局で買えるベビーワセリン**。万能です！

おすすめのうまい棒：**チーズ味**

おすすめの飲み物：ファミリーマートの**シャルドネ香るストレートティー**。香りが良くて、安くておすすめです！

編集後記

2021年4月から書面での情報共有の場として発行をはじめた「仕事人のつぶやき」ですが、集合型の在職者交流会も以前のように開催できるようになったため、今号をもって終了させていただきます。毎号投稿してくださった方、楽しみに読んでくださったみなさんに感謝です。
ありがとうございました。