

フェイスシールドを頂きました

この度、長野県東御市にありますミマキエンジニアリング様よりフェイスシールドを無償提供していただきました。ミマキエンジニアリング様は自社開発した3Dプリンタを使ってフェイスシールドを製作し、医療機関に限らず、ライフラインを維持するために前線で働いているエッセンシャルワーカーにフェイスシールドを無償提供している企業です。当初、私たちは、自分たちでクリアファイルを使って作成していましたが、装着感がイマイチでした。しかし、ミマキエンジニアリング様のフェイスシールドは装着感も視認性も優れており、長時間の着用もストレスなくできるようになりました。食事や水分の介助のときに使用しており、利用者様、職員、お互いの安心につながっています。

ミマキエンジニアリング様、本当にありがとうございました。（記:草野）



研修担当より

<内部研修>

3月17日 虐待防止グループワーク
3月19日 個人情報保護マニュアル読み合わせ
6月26日 消火器訓練
6月30日 障がい者差別解消法ガイドライン読み合わせ

《今後の内部研修予定》

8月 腰痛予防・抱え方について
10月 感染症予防について
11月 虐待防止マニュアル（読み合わせ）

新型コロナウイルスの感染防止に努めながら、今年度も充実した研修を通して支援の質を高めていきたいと思います。（記:橋本）

編集後記

今年度は、コロナウイルスの流行で例年通りの発行とはいきませんでした。自粛が続く中で、近隣の方よりマスクのご寄付を頂きました。誠にありがとうございます。今後も、地域に愛される舎人あかしあ園を目指して、活動を続けていきます。最後になりましたが、今年度もよろしくお願いいたします。（記:荒井）

※誌面の個人情報（写真・氏名）の掲載については、ご本人・ご家族の同意を得ています。

施設長より～ご挨拶～

梅雨の季節となりましたが、皆様はいかがお過ごしでしょうか。

日頃より舎人あかしあ園の活動にご理解・ご協力をいただき、深く感謝申し上げます。

令和2年度に入り、新たに3名のご利用者をお迎えしてのスタートとなりました。

希望に満ちた春、奇しくも世界中で予期せぬ新型コロナウイルスとの戦いが始まりました。舎人あかしあ園においても行政の方針に基づき法人全体での感染症対策に沿って、入所式の延期、地域交流会や宿泊行事の中止や活動の縮小等が決まり、また同時に様々な感染症対策を実施して参りました。皆様におかれましても不安な日々を送られたことと思います。その中で、近隣の方がマスクを持って来て下さったり、訪問看護リハビリステーション白樺様からマスク、長野県のミマツエンジニアリング様からフェイスシールドの寄付をいただいたり、皆様から温かいお声がけをいただき、職員一同、元気をいただきながら業務にあたることができました。深く

御礼申し上げます。

現在は利用者の皆様も通所を再開され、今までに増して交流や作業・活動を楽しまれている様子が伺えます。ご家族からも「通所するようになってから表情が明るくなり、安心しました」「生活リズムが戻って体調もよくなりました」などの声も聞かれ、改めて生活介護事業の存在意義を認識させていただきました。また、多くの方が、今まで何気なく過ごしてきた日常の中で、人との交流や家の外に出ることが心身の健康にとって大事なことに気づかされたのではないかと思います。

新型コロナウイルスの流行や活動の自粛がまだまだ続きますが、今後も冷静に情勢を把握して対応しつつ、「舎人に来てよかった！」と思える場になるよう、日常の支援を大切にしていきたいと考えます。遅くなりましたが、今年度もどうぞよろしくお願いいたします。（記:大手）

医務より～元気な体を作ろう～

新型コロナウイルスの影響で、新しい生活方式が取り入れられ、感染症対策に対する意識が定着してきたこの頃ですね。

手洗いやマスクの着用は大切ですが、免疫力を高めることはもっと大事だと思います。免疫力とはウイルスや細菌といった外敵から体を守るチカラのことです。「感染しても発症しない」「発症しても軽い症状で済む」など・・・

生活の中で免疫力を高めるために出来ることは何かというと、

①3種類の食べ物を意識して摂る。

（1. 食物繊維が多い、2. 食物性乳酸菌が多い、3. オリゴ糖が多い。）

②体を温める。体温が1度低くなると免疫力は50%に低下する。

③大笑いする。にこっと笑うのもいいが、お腹をかかえて大笑いすると免疫力が活性化される。

④楽観的になる。ストレスに負けないぞ！というのは無理だから、誰かに何か言われても、受け止める方を変える。心配事がある時に思

い悩む人と、悩んでもどうにもなるものでもない割り切れる人。ストレスのたまり方は雲泥の差。

⑤睡眠をしっかりとる。ポイントは体内時計。朝目が覚めて太陽の光を浴びると、15時間後に眠りのホルモン「メラトニン」が分泌されて、気持ちよく眠れる。「メラトニン」は食べ物に含まれる「トリプトファン」から作られる。

以上です。ウイルスに負けない体でいるために免疫力を高めていきましょう！（記:新垣）

入所式～2020～

今年は新型コロナウイルス流行の影響もあり、例年と違った形でしたが、6月18日に入所式を行うことができました。入り口に紫陽花のアーチを飾ったり、他フロアのグループが寄せてくれた手作りメッセージを大きなスクリーンで上映したり、めいっばい「ようこそ！」を詰め込んだ式となりました。参加された方からも「節目の行事って大事ですね」「素敵な式でしたね」などのお言葉をいただきました。(記:森下)



名前：飯田麻衣
所属：Aグループ
一言：好きなキャラクターはすみっコぐらしの『とんかつ』です。趣味はお人形遊びと音楽を聴く事です。好きなアーティストは『あやか』です。皆と一緒にやりたい事はカラオケでいっぱい歌いたい事です。よろしくおねがいします。



名前：田中寛英
所属：Aグループ
一言：好きなことは絵を描くことです。みんなと色々なお話をして楽しく過ごす事です。これから、よろしくおねがいします。



名前：山浦勇人
所属：Cグループ
一言：好きな事は音楽を聴くことで、知っている曲は足でリズムを取ります。ウォーカーで走るのも好きで、舎人公園で走れたらいいなあと思います。末永くお付き合いお願いします。

新規職員紹介～よろしくおねがいします！～



Cグループ常勤職員
齋藤智美 さいとうともみ
好きな事 海外旅行



Bグループ常勤職員
柳川絵里香 やながわえりか
好きな事 卓球をすること



Bグループ非常勤職員
小倉秀隆 おぐらひでたか
好きな事 写真 読書 ベース

グループ紹介～3つのグループ紹介します～

Aグループ

Aグループでは、4月にフォトスポットを作成しました。利用者の方々から「入所式が延期だけど、何かできないかな？」と声上がり、Aグループの皆さんで話し合いました。「入所式と言えば、桜!!」「めでたい事だから富士山を入れよう」など、たくさん意見を出し合い、作業が終わった時間を利用して作成を始めました。

桜は、折り紙をちぎり、紙で作った花飾りを立体になるように、作りました。

富士山は、頂上の白い部分から少しずつ富

士山の裾野の青い色が、グラデーションになるように利用者さんが絵具を使って描いてくださいました。

掲示する場所は、利用者さんから「施設に入っすぐに、気づける場所にしよう」と提案があり、正面玄関に掲示をしました。

こっそり掲示して、新規利用者さんが通所した時には驚いてくださり、記念に写真を撮りました。(記:和田)



Bグループ

今年度は新型コロナウイルスの影響により、全員の顔ぶれが揃うことなく活動がスタートとなり、淋しさが残る期間が続きました。6月に入り、久しぶりに利用者の方々の元気な声と賑やかさが戻り、ほっとしております。コロナの渦中、今までと違う一番の変化は「マスク」です。マスクは苦手な方も多いですが、毎朝、色とりどりの手作りマスクが私たちの気分を和ませ、元気にさせて下さっています。まだまだ、不安な時期が続きそうですが、今まで以上に安全、安心な環境を整え、様々な活動を通じ、よ

り充実した時間が過ごせるようにしていきたいと考えています。(記:阿部)



Cグループ

Cグループは、今年度から新しく「園芸活動」と「リトミック(身体を使って音楽を味わう感覚刺激)」を始めました。

☆園芸活動☆

ローズマリーと枝豆を植えました。土の感触やローズマリーの香りを味わったり、フワフワした枝豆のサヤが大きくなっていくのを観察したりしています。ローズマリーで虫除けサシェを作ったり、大きくなった枝豆を収穫したりして、みんなで楽しみたいと思います。

☆リトミック☆

5月のテーマは「鯉のぼりになる」でした。創作活動で作ったうろこを使い、ピアノに合わせてゲームをしながら自分の身体に貼り付けて徐々に鯉のぼりに変身！みんなで魚になった姿を見せ合いました。

どちらの活動もグループの力を合わせて、どんどんパワーアップさせていきたいと思えます！！(記:山口)

