



## 防災訓練

11月8日～11日に火災想定訓練として、職員を対象に避難用滑り台を使用しての避難訓練を行いました。

出火した際、どのようなルートで避難をすれば良いかの確認、避難の順番を待っている際に気をつける点、避難用滑り台を使用する際の注意点などを確認しました。

また、利用者役、職員役と分かれ、実際に滑り台を使用することで、どれくらいのスピードが出るのか、滑り終わった先の移動の仕方なども合わせて確認を行いました。

今後も舎人あかしあ園では、皆様が安心・安全に過ごしていただけるように努めていきます。

(記:長岡)



## 主任より

令和4年が始まりました。本年も舎人あかしあ園をどうぞよろしくお願いいたします。

さて、ご存じの方もいらっしゃると思いますが、舎人あかしあ園では、「地域とのつながり」を目的に毎週金曜日の11:30～14:00の間、近隣施設で作られたパンやお菓子、舎人あかしあ園の利用者様が作った自主生産品を販売する『ふおらん舎人店』を営業しています(詳しくは中面のふおらん舎人紹介コーナーをご覧ください)。新型コロナウイルスの影響でしばらく休業していたのですが、昨年10月から営業を再開しました。5か月間に及ぶ休業で、果たしてふおらん舎人店のことを覚えてくださっている方がいるのか、ふおらんを営業しない日常が当たり前になっていて、もうやる必要はないのかなと思っているところも正直ありました。しかし、営業再開してみると、近所の方から「いつ再開するのかとずっと気になっていました」「営業再開を待っていました」という声も聞き、ふおらん舎人店を営業する意義みたいなものがストンと私の中に落ちました。そして、ふおらん舎人店を営業するもう一つの意義。

利用者様のふおらんと関わりです。利用者様が家族へのお土産にパンやお菓子を買って帰ることが買い物経験に繋がったり、家族の中での役割の達成に繋がったり、自己選択、自己決定の場になったりしています。あくまで外部のお客様が優先ということで、利用者様が買える時間は限られているのですが、この時間を楽しみにしている方がいます。また、現在、入荷するパンの種類は職員が選んでいます。利用者様が家族からパンの感想を聞いて報告してくれたり、「あのパン美味しかったので、また仕入れてください」「え？今月あのパン仕入れてないの？ガッカリ」と仕入れについても意見をくださるようになってきました。地域とのつながり以外にもふおらんをやる意義がまた一つストンと私の中に落ちました。

と、ここまで書いたのですが、東京都にまん延防止等重点措置が出た社会情勢を受けて、ふおらん舎人店はしばらく営業を見合わせる事となりました。営業再開の際は、皆様のご来店をお待ちしております。(記:草野)

## 看護師より

コロナの終息を願う毎日ですが、例年になく東京も寒さがきびしいですね。先日、寒さのために肩こりに悩まされ、その時に肩から首回りを温めたら改善したことがありました。個人的には東洋医学と西洋医学の考え方を取り入れ健康管理に気をつけています。参考までですが、東洋医学では冷たいものを飲んでいいのは20歳までと言われていました。西洋医学では聞いたことがなく、衝撃を受けました。

東洋医学では、「冷えは万病の元」とよく耳にする言葉ですが冷えは病気の原因という考え方があります。手足が冷たい、肩がこる、お腹が冷えると下痢をしやすい、腰が冷えると腰痛や足にしびれを感じるなど…さまざまな冷えの感じ方がありますが冷えると体のどこかに問題があると考えます。冬になるとしもやけができやすい、風邪をひきやすいというのも冷えの

兆候といわれています。冷えるを感じる、冷たいところを温める、体調を崩しやすい人は全身を温める、体調管理のポイントは朝起きた後に一杯の白湯を飲むと体の芯から温まり、腸を温めると体内活動が活発になるので体調が良くなります。特に寒い時期は、飲み物や食べ物は胃腸を冷やさないものを摂るといいそうです。

コロナ禍で体温測定を毎日やる人も増えたと思います。体温測定は簡単にできて健康状態を把握できます。毎日の習慣として1日2回測定をすることをお勧めします。起床後は食べたり飲んだりする前、就寝時は布団に入る前、測定する時の条件を決めて体温測定をしていけば体調管理がしやすいです。そして、体温が低いと冷えにもつながるようです。体を冷やさないように健康な体の維持を目指して、寒い冬を楽しみながら乗り越えていきましょう。(記:新垣)

## 研修報告

<内部研修>

### ①10/21 観察力トレーニングについて

全職員で観察力、注意力のテストを行いました。日頃の支援で見るポイント、視点に気を付けていこうと話しました。

### ②11/1 感染予防対策マニュアルの読み合わせ

看護師を講師とし全職員で感染症対策の準備、確認を行いました。

### ③1/19～21 障がい者虐待防止マニュアルについて

グループワーク、ディスカッションを交えて、今の現状からの問題点を共通認識し、解決策などを皆で意見を出し合いました。



## 編集後記

年も明け、通勤途中の畑では霜柱を見つけ、子供の頃はよく踏んで遊んでいたなと思い出に浸りながら園に向かう今日この頃。寒さやコロナに負けず、舎人あかしあ園は元気に活動していきたいと思います。今年も宜しくお願い致します。(記:柳川)



## 新成人を祝う会



令和4年1月13日(木)に「令和3年度新成人を祝う会」が執り行われました。

昨年度に引き続き、新型コロナウイルス感染予防対策として、新成人が所属するフロアのみでの実施となりました。来賓予定だった方々からの暖かいお祝いの言葉は代読とさせていただき、また当日式に参加できなかったグループからは、ビデオメッセージを届けてもらいました。直接参加は出来ずともお祝いの心を集結させ、施設みんなで2人の新成人の門出をお祝いしました。

2人の新成人ですが、当日は立派な晴れ着に身を包み、堂々とした様子で式に参加されていました。舎人あかしあ園に入所されてからのこの2年、ほぼ丸々コロナ禍での生活にさらされ、ご本人・ご家族共に多くの不安を抱えながら過ごされてきたことと思います。この困難な時期を乗り越え成人の日を迎えることができたという自信を胸に、式でのように堂々とした姿で成人として羽ばたいていってくださることを願っています。(記:片桐)



## ビンゴ大会

12月23日(木)に舎人あかしあ園では、久しぶりの全体イベント「ビンゴ大会」を開催しました。コロナが心配される、このご時世でどのように園全体で行ったかと申しますと…

式典やサークルで使用するマイクと館内放送(電話機)の2つを使うことで全員が同じ場所に集まらなくても、各フロアで園全体のイベントを行うことが出来るとわかり、開催することが出来ました。

当日は3階のAグループの利用者様に協力して頂き、ビンゴマシンの回す係の利用者様が出た玉を見て「Tちゃん(利用者様)55番だよ!」と放送係に伝え、その声を聞いた放送係の利用者様が受話器に向かい、大きな声で「55番です!」と放送すると、各グループから「あった〜!」「何番〜?」「リーチ!!」とあちこちから楽しそうな声が聞こえてきます。

2階からはマイクを通して利用者様や職員の「M利用者様がリーチです!」や「ビンゴ〜」「(3階の)ビンゴおめでとう」と3階にもその楽しそうな声が聞こえてきました。また、その声を聞き、3階からも「おめでとう」「もうビンゴ〜?」など、同じフロアにいらなくてもマイクを通して、グループを超えた交流を行い、舎人全員が1つのイベントを楽しんで行うことが出来ました。

これからも感染症対策や工夫をしながら楽しいイベントを開催していきます。(記:柳川)



## ふおらん舎人店紹介

ふおらんでは「バームクーヘンを6種類」、「パンやパイを7種類」、「ポケットサイズのメモ帳」、「手帳サイズのメモ帳」、「電車をモチーフにしたアクセサリ」、「カラフルなラインが特徴の滑り止め付きコースター」、「ふわふわな100%羊毛をくるんだブローチと髪ゴム」が木製の商品ワゴンに並んでいます。

アクセサリ、コースター、ブローチ、髪ゴムすべてどれをとっても同じものは一つもない一点物になります。毎週金曜日限りの限定営業ですでお買い逃がしのないように!!

舎人あかしあ園までどうぞお越しください。(記:堀内)

※新型コロナウイルス感染症拡大の社会情勢を鑑みて、当面の間、休業することとなりました。ご了承ください。

