



http://www.tuwabuki.jp/01_02_tayori_osei.html

綜成苑・綜愛苑・つつじが丘苑・T-JOB 苑たより

平成31年2月号

統合版第95号



(つつじが丘苑入所利用者)

まもなく立春です。立春は冬と春の分かれる節目の日である「節分」の翌日で、暦の上では春の始まりですが、この頃が寒さのピークを迎えます。

和歌山市では、インフルエンザ流行発生が警報基準値を超えていますので、職員一同なお一層「うがい」「手洗い」「消毒」「換気」に努め、利用者の方の健康に細心の注意をしていかなければと気を引き締めているところです。

2月の行事予定

- ★ 1日（金） 餅つき大会（つつじが丘苑）
- ★ 4日（月） 節分・豆まき（綜愛苑）
- ★ 5日（火） 湯川歯科健診（綜愛苑・つつじが丘苑）
- ★ 25日（月） 和歌山信愛女子短期大学実習生受け入れ（綜成苑・綜愛苑）

前月の主なできごと

- ☆ 4日（金） 安全祈願初詣・年始会
- ☆ 7日（月） 仕事始め
- ☆ 11日（金） つわぶき会・哲人会 法人理事会・評議員会
- ☆ 21日（月）～23日（水） つわぶき会・哲人会『エイブルアート&ぱれっと』作品展
- ☆ 22日（水） T-JOB 市指導監査
- ☆ 23日（水） 紀の川市粉河民生委員会施設見学（綜成苑・綜愛苑）

職員の新規採用がありましたのでお知らせします

小倉 良一 綜成苑更生部生活支援班生活支援員

1月1日採用



【 綜成苑 更生部 】

<初詣>



大寒を過ぎて立春とは申しますが、まだ寒さ厳しき日が続いております。

さて、皆さまは初詣に行かれたか・・・？

更生部では皆さんと一緒に初詣（大年神社）に出掛けました。

今年も楽しく元気に過ごせますようにと祈願してきました。



<書き初め>



新年を迎え「書き初め」を行いました。

「書き初め」とは、年が明けて初めて毛筆で書や絵をかく行事とされています。

皆さんの心の中で思っていることや今年の抱負などを表現していただきました！



（綜成苑 更生部 主任生活支援員 亀田貴広・生活支援員 茨木昌子）

【 綜成苑 授産部 】

お正月に飾った鏡餅を下げた食べて食べる鏡開きの様子です。

新しい歳を運んでくださる歳神様がいらっしゃる1月7日までを松の内といい、その松の内が明けた1月11日に行うところと1月15日を松の内とする地方（関西に多い）では15日が鏡開きになるところがあります。みなさん美味しそうですネ。



(綜成苑 授産部 職業指導員 宮前利雄)

【 綜愛苑 更生部 】

淡島神社へ初詣に行ってきました！
今年も健康で良い年になりますように (>人<)



ビッグ愛へ『エイブルアート&ぱれっと』作品展の見学に行きました！みんなで力を合わせて創った作品が展示されて嬉しかったです\(^o^)/
他の施設からも「桜」や「梅雨」等、季節の力作がたくさんあって感動しました！



(綜愛苑 更生部 生活支援員 高尾美佐子)

【 きらめき 】

お正月気分も抜け、普段の生活が戻ってきました。

今年も元気で明るく楽しく過ごせますように、1月7日に射や頭八幡神社に初詣に出掛けみなさん願いを込めて柏手を打ちました。

亥年の今年は例年以上に「きらめき」のスタッフ一同、はりきって「猪突猛進」動き回ります。



(綜愛苑 生活支援員 船岡泰三)

【 つつじが丘苑 】

1月10日木曜日に焼き芋を行いました。

寒い日が続くなか、皆で安納芋を焼き、おいしく頂きました。

凄く甘くて皆さんにも好評で2つ3つと食べられている方もいました。

この日ばかりはポカポカとし、作業もはかどりました。

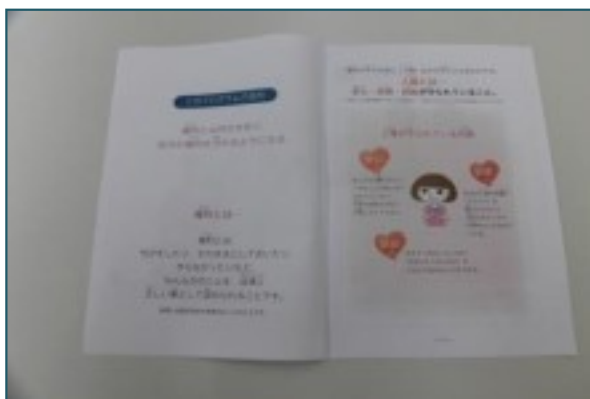


(つつじが丘苑 副主任生活支援員 山瀬裕一)

【T-JOB】

T-JOBが行なっている2つの利用者プログラムについて紹介します。

まず「権利」のプログラムです。2カ月に1回行なっており、このプログラムの根本的な考えは、日本国憲法第25条は第1項「すべて国民は、健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する」から成り立っています。しかし、憲法の文章では具体的に何を言っているのか理解は難しいと思いますので、人権のことについて主に説明しています。人権は権利の中でも中心となるもので、人間が生きていく上で「安心・自信・自由」が守られているということ具体的な事例を用いて、分かりやすく時間を掛け繰り返し説明をし、理解していただくようにプログラムを行なっています。利用者の方々はいつも真剣に説明を聞き、分からないことは質問もしてくれて「そういうことか、分かった」と言い理解を深めてくれています。



次に「調理」のプログラムについて紹介します。

T-JOBでは毎月2班に分かれて、T-LABOのキッチンを使い「調理」のプログラムに取り組んでいます。1月は2班とも「豚まん」と「中華スープ」を作りました。

予算・効率・時間を考えたメニューを支援員と利用者の方々に月初めに話し合いで決めています。その際参考資料で調理本やインターネットを見ながら、できる限り栄養バランスや色どり、季節感を盛り込むことをテーマとして考えてもらっています。

利用者の方々にはメニュー決めから調理を行なう過程の取り組みが大切であると常に伝え、料理が完成し、実際食事をした後、「おいしい、楽しかった」と感想が出て達成感を得てくれています。



(T-JOB 就労支援員 大久保重頼)



医務室より



北風も厳しく、インフルエンザのピークを迎えようとしています。

インフルエンザの典型的な症状は突然の発熱、悪寒、全身倦怠感で、それに関節痛や筋肉痛といった節々の痛みが加わります。

気管支炎、肺炎などを併発し重症化することもあるので、予防に努めましょう。

インフルエンザの予防策

十分な栄養と睡眠をとりましょう。

- 消化の良い食べ物、三食きちんと摂取するように心がけましょう。
- 血行促進により身体を温め、水分代謝を高め、胃腸の動きを活発にする生姜、大根、ニラが効果あるのでお勧めします。
- 睡眠不足は体力消耗、抵抗力を落とすので禁物！！
- 過労に気をつけ、充分休養するよう心がけましょう。



手洗いとうがいの励行

- 外出後など一日に数回うがいと手洗いを行いましょう。
- インフルエンザウイルスは鼻汁に多く出てきます。他の人に感染防止の為に、流水で綺麗に手を洗いましょう。
- うがいはうがい薬もいいですが、お茶に含まれるカテキンが抗ウイルス作用がありますのでいいと思います。
- また、咳、のどの痛みには、番茶や紅茶でのうがいが効果あります。

人混みを避け、マスクの着用

- この季節、必要以外は人混みは出来るだけ避けましよう。
- 外出時はマスクの着用をお勧めします。



適度な温度と湿度を保つ

- ウイルスは低温・低湿だと空気中に浮遊しています。
- 感染を防ぐには室内の温度・湿度を保つ必要があります。
- 換気も忘れないように心がけて下さい。

(綜愛苑 主任看護師 前田知子)