

# こもれび

八千代地域生活支援センターたより  
NO.140 2018.2

社会福祉法人 栄寿会

八千代地域生活支援センター

〒276-0045

八千代市大和田 322-18

Tel 047-481-3555 Fax047-485-3553

本年もどうぞよろしく  
お願い申し上げます



穏やかな天候が続いた正月休みが終わり、平成30年（2018年）がスタートしました。

戌年の平成18年に開設した当センターは12年の年月を経て干支も一回りして感慨深く感じております。

改めましてこれまで当センターを支えて下さっている地域や関係者の皆様のご理解とご協力に感謝を申し上げます。

利用者みなさんは、振り返りと目標を確認しながら、ご自身の希望する暮らしに向けて一歩ずつ歩を進めています。引き続き地域や関係者の皆様のご協力を賜りながら、支援させていただきたいと思っております。

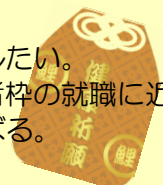
## ～大願成就 皆様の思いが届きますように～

- ◎怒鳴らない、求めない、イライラしない、やせたい、刺し子をがんばりたい。
- ◎作業所でお手伝いをやって、刺し子を作る。センターで外出やバザーにも行きたい。
- ◎健康に気をつけて仕事する。
- ◎地道に細く長く無理しない程度にがんばり続ける。
- ◎お世話になっている方々や家族と共に、また1年がんばって行こうと思います。
- ◎新しく職業訓練を受けられる見込みなので、一日も休まずに訓練を頑張って、就職につなげられるようにしたいと思います。
- ◎作業所ろーざでなるべく休みなく働く。ミスを減らす。ミュージシャンになる。

- ◎作業所にがんばっていけるようにする。一歩ずつ前に進んで行けるようにする。
- ◎スポーツ大会に参加したい。
- ◎できるだけセンターへ行く事。足の手術をするので、早く良くなって皆と変わらず歩けるようになること。友達をたくさんつくること。できれば人の役に立てるようなことをしたいです。
- ◎健康的な生活をしたいです。
- ◎センターとリタリコに通える様になりたいです。
- ◎まじめに働きたいです。
- ◎新しい事に挑戦しようと思います。
- ◎センターのノルマが達成できる様にする。
- ◎メリハリのついた生活をしたい。



- ◎作業所に通える日を増やしたいです。
- ◎手話を教えているのでそれをながつづきすること。手話を続けて、先生になる為の資格をとりたいて思って、勉強します。試験もまた受けてがんばります。
- ◎麻雀の役をきちんと覚える。
- ◎ジムに通う。エコクラフトを最低でも三個作りたいです。
- ◎厄年なので十分注意したい。いい年にしたい。
- ◎平成30年は外部で毎日出席して障害者枠の就職に近づきたい。功労賞の期待に応えてがんばる。
- ◎就職において結果を出したい。



- ◎家を出る時間から帰宅時間まで、具合が悪くならない様にしたい。
- ◎去年は病気ばかりしていたので嫌な一年でしたが、だんだん良くなってきたので良かったです。今年は健康に気をつけて一年を送りたいと思います。
- ◎仕事を始められる様にしたい。
- ◎お汁粉食べたい。
- ◎去年は通院が一人で4回行きました。練習中です。生活をイメージできる様になりたい。仕事をがんばりたい。KCCになるべく来れる様にしたい。
- ◎お風呂掃除、ゴミ出し、買い物がんばりたい。





# 初富稲荷神社に初詣とお汁粉を作ろう!



天候に恵まれた1月11日(木)に、年明け最初のKCCを行いました。会場が鎌ヶ谷市総合福祉保健センターから鎌ヶ谷市役所地下の団体研修室に変わり、気持ちも一新した所で、まずは今年目標を各自考えました。その後、初富稲荷神社に初詣に行き、会場に戻り皆で分担してお汁粉を作り、美味しくいただきました。

次回は、2月15日(木)「ケンタッキーを食べに行こう」です。集合は鎌ヶ谷市総合保健センター1階ロビーで飲食代は自費となります。登録された皆様のお越しをお待ちしております。

またこれから参加してみたいという方々のお越しもお待ちしております。主治医の先生にご了解をもらった上で、当センターまでご連絡ください。



シリーズでお届け!

## めざせ! 生活の達人

このコーナーでは、生活に関する出来事や話題を取り上げ、利用者やご家族の皆さんと共に、生活の達人を目指していきたいと思ひます。

第5回目は「感染症予防」を取り上げます。

寒い日が続いておりますが、皆様の体調はいかがでしょう。今回は今まさにピークを迎えているインフルエンザと冬に気をつけたい食中毒であるノロウイルスについて改めてその予防について考えていきたいと思ひます。

インフルエンザは風邪と異なり、38℃以上の発熱やせき、のどの痛み、全身の倦怠感や関節の痛みなどの全身症状を特徴とします。感染経路は、感染した人がせきをし、飛沫に含まれるウイルスを別の人が口や鼻から吸い込んで体内に取り込む飛沫感染とウイルスを含んだ飛沫がドアノブやスイッチに付着し、それを別の人が手で触れて鼻や口などの粘膜を通じて体内にウイルスが入る接触感染があります。

感染経路を断つには、①人が多く集まる場所から帰ってきたときには手洗い、②アルコールを含んだ消毒液で手を消毒、③栄養と睡眠を十分にとり抵抗力を高めておくことが必要です。重症化を防ぐ予防接種も重要です。

ノロウイルスは冬場に多く食中毒患者の患者数で1位を占め、大規模な食中毒になりやすいのが特徴です。

感染経路は、感染した人が調理しなどして汚染された食品や患者のふん便や嘔吐物からの二次感染などで、吐き気、嘔吐、下痢、腹痛、微熱が1~2日続くなどの症状があります。

予防のポイントは、①調理する人の健康管理(食べ物や家族の健康状態に注意、症状がある時は食品を直接取扱う作業をしないなど)、②調理する前などの手洗い(トイレに行った後、料理の盛り付けの前、次の料理作業に入る前など)、③調理器具の消毒(次亜塩素酸ナトリウムで浸しながら拭く、熱湯で加熱するなど)です。

皆様の予防はいかがでしょう?かか言う私自身昨年インフルエンザに感染してしまいましたので、今年こそはという自戒を込めて皆様と予防に努めていきたいと思ひます。

参考 厚生労働省ホームページより

### 第123回 利用者懇談会

I 意見箱(利用者の声)⇒今月はありませんでした。

II 2月以降の予定

- 1) 2/3(土) 利用者懇談会
- 2) 2/17(土) おやつ研究部 内容はチョコレートドーナツとミルクティ 13:30~ 食材費はシェア
- 3) 2/18(日) 子ども達と一緒に生花・絵手紙教室 10:30~ お花を持ち帰る方は540円 申込15日まで
- 4) 2/23(金) ふれあいプラザに行こう! 12:30 出発以後閉館 申込22日まで
- 5) 3/3(土) そば打ちとストレッチの会 10:00~ 会費300円 申込28日まで

III 実習生について

2月下旬より順天堂大学より実習生が1名来ます。皆さんよろしくお願ひ致します。

