



ラーフ通信



居宅訪問介護部

〒768-0023

観音寺市古川町97番地2

TEL : 0875-24-0999

FAX : 0875-24-9978

居宅訪問介護サービス

新型^{しんがた}コロナウィルス^{かんせんぼうし}感染^{おくない}防止^{かんぽ}のため屋内^{さんぽ}で過ごす^{さんぽ}ことが増えています^{さんぽ}が、散歩^{さんぽ}は密^{さんぽ}を避ければ運動不足^{さんぽ}の解消^{かいしょう}や気分^{きぶん}転換^{てんかん}になります^{さんぽ}。今日^{けふ}紹介^{しょうかい}するのは「防災^{ぼうさい}散歩^{さんぽ}」です。

この散歩^{さんぽ}は、例えば^{ひなんしよ}避難所^{もくてきち}を目的地^{もくてきち}とすることや、近所^{きんじよ}の危険^{きけん}な場所^{かしょ}を知ることです。

私は、散歩^{さんぽ}をする前にハザードマップ^{かしょ}を見て危険^{きけん}な箇所^{かしょ}とその危険^{きけん}要素^{いんさつ}、避難所^{ひなんしよ}などをあらかじめ確認^{かんとん}しました。このハザードマップ^{かしょ}は自治体^{じちたい}のホームページ^{いんさつ}にあり、印刷^{いんさつ}またはスマホ^{いんさつ}で見ることができます。

防災^{ぼうさい}散歩^{さんぽ}のポイントとして

- ・散歩^{さんぽ}の前にハザードマップ^{ひなんけいろ}で避難^{きけん}経路^{かしょ}、危険^{きけん}箇所^{かしょ}を確認^{かんとん}しておく。
- ・ハザードマップ^{かしょ}は印刷^{いんさつ}するかスマホ^{いんさつ}で確認^{かんとん}し、危険^{きけん}箇所^{かしょ}をメモ^{じゆんぴ}できるよう準備^{じゆんぴ}する。
- ・避難^{ひなん}所^{しよ}までのルート^{ふくすう}を複数^{そすい}歩き^{そすい}、増水^{そすい}など災害^{そすい}時^{そすい}を想像^{そすい}しながら歩く。
- ・崖^{がけ}、マンホール^{ぼうはてい}、橋^{はし}、防波堤^{ぼうはてい}、低地^{そすい}など危険^{きけん}箇所^{かしょ}に注意^{ちゆうい}し地図^{ちず}上にメモ^{メモ}をとる。
- ・家族^{かぞ}で一緒に^{いっしょ}歩きながら確認^{かんとん}する。

私は今回^{こんかい}防災^{ぼうさい}をテーマ^{てま}に散歩^{さんぽ}をすることで、地図^{ちず}だけでは分からない^{わかんない}危険^{きけん}箇所^{かしょ}を実際^{じっさい}歩いてみていくつか見^みつけました。散歩^{さんぽ}を楽し^{たの}しみながら今^{いま}のうちに災害^{さいがい}への備^いえをしてみ^みてはいかが^{いかに}でしょうか。

いまい
今井

発達障がい者の居場所支援センター



ウィズだより

しんだん

最近^{しん}やたらと「〇〇診断^{しんだん}」というのを見聞^{みき}きするようになりま^なした。

ウィズ^{ウィズ}のレクリエーション^{レクリエーション}では、「占^{うら}いで自分^{自分}を知ろう！」という時間^{時間}が
ありましたが、「〇〇診断^{しんだん}」と名^なの付^つくものも、「自分^{自分}をよりよく知る^{ため}為^{ため}」
にあるものなので、それが多^た種^{しゆ}多^た様^{よう}に出^でてくるということは、それだけ
「自分^{自分}自身^{じぶん}をもっとよく知り^{たい}たい」と望^{のぞ}んでいる人^{ひと}が多い、ということの
あらわ^{あらわ}な表^{あらわ}れなのでしょう。

自分^{自分}自身^{じぶん}をよく知^しることは、大切^{たいせつ}なことだと思^{おも}います。そしてもっと
大切^{たいせつ}なのは、その活^いかし方^{かた}ではないでしょうか。

誰^{たれ}にでも長^{ちやう}所^{じよ}と短^{たん}所^{じよ}があります。短^{たん}所^{じよ}と思^{おも}われる部分^{ぶぶん}を見^みつめ過^すぎて、
自分^{自分}で自分^{自分}をつらくさ^せせてしま^まうしま^まうのは良^よくありませ^なせん。

かといつて、逆^{さか}に長^{ちやう}所^{じよ}に思^{おも}える部分^{ぶぶん}を見^みることにばか^{ばか}り逃^にげて、自分^{自分}を
甘^{あま}やかし^{あま}すぎ^{あま}て、結^け局^{つぎよく}自分^{自分}で自分^{自分}をダ^だメ^だにしてしま^まっても何^{なに}もな^なりませ^なせん。

それぞ^{それ}れの人^{ひと}が、自分^{自分}自身^{じぶん}をよく知^しって、自分^{自分}自身^{じぶん}を丸^{まる}ごと^{まるごと}しっか^しり受^うけ
止^とめて、労^{いた}わ^わって、大^{だい}事^じにしてあ^あげられ^られたら^らいいなと思^{おも}います。
私^{わたくし}自身^{じぶん}もま^まだま^まだその学^{まな}びの途^{みち}中^{ちゆう}です。 芳^{ほう}地^ち

〒768-0072

観音寺市栄町3丁目5-3-2

TEL : 0875-24-8111

FAX : 0875-24-8141



☆ 観音寺市役所内
1階の窓口前
毎月第2水曜日 12:00~

☆フレッシュショップ トマト
観音寺店外のテントの下
毎月第1・第3水曜日
12:00~



☆ 橋本病院
1階のエレベーター前
毎月第4水曜日 11:30~
(現在はお休み中です)

営業時間

月曜日~金曜日・第2土曜日
午前11:00~午後5:00
土曜日(第2土曜を除く)
日曜日・祝日は定休日です。



〒768-0040
 観音寺市柞田町丙1060-1
 TEL : 0875-82-9520

3月に入り桜のつぼみも日を追うごとに膨らんでいきます。今から花見が楽しみです。去年は緊急事態宣言によりお花見どころではなく、日本全体が暗い日々でした。まさか一年もコロナウイルス感染症に怯える日が続くとは思っていませんでした。しかしこの状況下の中、リールに足を運んでくださるお客様があり、店内での食事ではなくテイクアウトを注文くださったり、美容室の一名ずつの対応にご協力くださるすべてのお客様に感謝しております。リールの「FAN」の方たちに、より良いサービスを行い、繰り返しご利用していただけるよう、職員や利用者スタッフのみんなと共に笑顔で頑張りたいと思います。継続して感染症対策を徹底し、3月からはレストランの春メニューも始まっております。皆様ぜひお気軽にお立ち寄りくださいませ。

職業指導員 大西 祐子



エビマヨランチ



トマトのクリームソースのオムライス
-筍のフリット添え



春キャベツと桜えびのマスタードクリーム
ソースのハンバーグ



〒768-0023
 観音寺市古川町608-1
 TEL・FAX
 0875-82-9502

朝晩の寒暖差はまだあるものの、日中はだんだんと春を感じる暖かさとなってきました。コロナという単語を聞かない日はなく、ワクチン接種もまだまだ先のようではなかなか安心できない日々が続いています。気は緩みますが、そんなときこそふと立ち止まって、再度自分に呼びかけていこうと思います。

2月中旬ごろからビームの玄関先に、桃やラナンキュラスなどの花が飾られています。また、生活介護利用者様が職員と作製した折り紙の作品なども飾られるようになり、見ると心が和み、やわらかい雰囲気にも包まれた事業所になったらよいなと考える瞬間でもあります。就労支援側は皆さん集中して作業に取り組んでおられ納期に間に合うように完成させることができている。春先はポカポカしてポーっとすることがある私ですが、気を引き締めて皆さんと作業していきたいと思っています。



しばお
芝尾

障害福祉サービス事業所 やまももだより



やまもも連絡先

〒768-0023

観音寺市古川町97番地2

TEL/FAX

: 0875-23-3507

(この原稿を書いているのが2月半ばで通信が皆さんのところに届いている今はどうなのかと想像しながら) 3月に入ってめっきり春らしくなってきましたねー(^_^)比較的暖冬と言われていましたがこの辺りでも積雪もあり2月は本当に寒かったですね。振り返ると寒暖の差が大きかった冬でした。『コロナ禍』と言われて久しいですが、ワクチンの接種も徐々に進み出し、私たちの日常が戻ってくる日も現実味を帯び出してきています。12月のビーム開所にもない、新たにやまももを利用される方は、お洒落でピチピチの山田様、笑顔で癒し系男子の牧様、優しいお姉さんタイプの原様、にこやかで和み系の吉村様の4名です。新しく利用されているみなさんも徐々に作業に慣れて自信もつけながら頑張っています。私たち職員も支援についてのヒントや考え方を改めて勉強させていただいています。フレッシュな利用者様から吸収できることを活かし、みなさんの日中活動の充実とサービスとして作業提供に邁進したいと考えています。さて、今年の『やまもも地域ふれあいの日』は春開催を見送り新型コロナの感染状況によっては未定の部分もありますが、9月25日(土)の開催を目指しています。多くの皆さんの笑顔との再会を心から待ち望みたいと思います。

しよくぎょうしどういん
職業指導員

わたなべ すみえ
渡辺 澄衣

感謝



～今日は何の日～

3月11日は「命の日」です。

2011年3月11日に発生した東日本大震災では多くの命が失われました。命の尊さを思い、命の大切さを考え、震災で学んだことを風化させることなく災害に備えることを目的として制定されました。30年以内に70～80%の確率で南海トラフ地震が発生すると言われていています。被害を少しでも減らすために事前の備えに努めましょう。

- 〈やまもも施設外就労〉
- ・ニンニク収穫 (琴平町、善通寺市、三豊市)
 - ・玉ネギ収穫 (室本町)
 - ・ぐろーぶる農人 (大野原町)
 - ・ニッショー (皮剥作業)
 - ・アイフル清掃
 - ・国交省簡易パーキング維持管理 (月、水、金)
 - ・三豊総合病院花壇管理 (毎木曜日)
 - 〈施設外作業〉
 - ・観音寺総合公園自販機清掃 (毎月第1月曜日)

月	火	水	木	金	土	日
3/15	16 Aコープ豊南 10:00~ 12:00 	17 観音寺市役所 12:00~ 13:00 ウィズ フレッシュ ショップトマト 12:00~ 	18 やまももパン販売 12:00~ 13:00 	19 西部養護学校 14:30~ 15:30 	20 	21 
22	23 Aコープ豊南 10:00~ 12:00 	24 三豊市役所 12:00~ 13:00 ふたば保育所 14:00~ 	25 やまももパン販売 12:00~ 13:00 	26 	27 Aコープ豊南 10:00~ 12:00 三木町バザー ベルシティ 11:00~ 15:00 	28 三木町バザー ベルシティ 11:00~ 15:00 
29	30 Aコープ豊南 10:00~ 12:00 	31 	4/1 やまももパン販売 12:00~ 13:00 	2 福祉センター 12:00~ 13:00 	3 	4 
5	6 Aコープ豊南 10:00~ 12:00 	7 三豊市役所 12:00~ 13:00 ウィズ トマト販売 12:00~ 	8 やまももパン販売 12:00~ 13:00 	9 	10 観音寺コープ 10:00~ 12:00 	11 
12	13 Aコープ豊南 10:00~ 12:00 福祉センター 12:00~ 13:00 	14 観音寺市役所 12:00~ 13:00 ふたば保育所 14:00~ ウィズ 市役所販売 12:00~ 	15 やまももパン販売 12:00~ 13:00 	16 西部養護学校 14:30~ 15:30 	17 	18 

※  リールレストラン営業日

※ウィズのワッフル販売は売り切れ次第終了です。
お早めどうぞ！！



プロとしての自覚を持とう。
専門職として成長する姿勢を忘れません。



開花が待ち遠しいです！