10月の予定表

日	月 12:00～17:30	火 休館日	水 12:00～17:30	木 休館日	金 12:00～17:30	土 休館日
				休館日	1	2 ※電話相談のみ 13：30～ 17：30
3	4	5 ※電話相談のみ 13：30～ 17：30	6 臨時休館日 （法人会議の為にお休みをさせて頂きます。 ※電話相談もお休みです。	7 休館日	8	9 ※電話相談のみ 13：30～ 17：30
10	11	12 ※電話相談のみ 13：30～ 17：30	13 メンバーミーティング 14：00～ ハロウィン飾り付け 15：00～	14 休館日	15 エンゲーリング １４：００～	16 ※電話相談のみ 13：30～ 17：30 就労グループミーティング 17：30～ 19：00 ※登録制
17	18 生活福祉相談 （常数さん） 15：00～	19 ※電話相談のみ 13：30～ 17：30	20	21 休館日	22 生活相談 （松本さん） １９：００～	23 ※電話相談のみ 13：30～ 17：30
24/31	25	26 ※電話相談のみ 13：30～ 17：30	27	28 休館日	29	30 ※電話相談のみ 13：30～ 17：30

※1　電話相談については月・金 13:30～19:30、火・水・土 13:30～17：30、開所・閉所にかかわらず行っております。
※2　10月6日は法人会議のため休館となります。電話相談もお休みです。
※3　感染予防と拡大防止のため、10月の土曜開所はありません。
※4　室内のプログラムはメンバーミーティング以外、10月も引き続き中止となります。
※5　感染状況によって、開所やプログラム等変更になる場合があります。

こうじやだより

10月号

2021.10.1 発行

編集・発行
〒144-0033 大田区東糀谷 1-14-14
社会福祉法人プシケおおた
こうじや生活支援センター
TEL 03-5705-0738 (相談用)
03-5705-0744 (事務用)

爽やかな秋風が心地よい季節となってきました。街中も金木犀や銀杏、木々の紅葉と秋らしく色づいてきますね。銀杏は秋の食べ物としてもビタミンB1とミネラルのバランスが良く、糖質が多く含まれていて栄養豊富な食べ物です。効能も疲労回復、食欲不振、肩こり、イライラの解消などにも期待できるそうです。ただ、大量に食べ過ぎると中毒症状が起こると言われているので、注意して秋の味覚を楽しみましょう。

フリースペースの利用方法について

緊急事態宣言の解除後もフリースペースを安全に利用していただくために、メンバーミーティングで話し合いをしました。当面下記の事項をお守りください。

○来所時の検温・健康状態の確認・手洗い・手指のアルコール消毒・マスクの着用をお願いします。
○2階、3階での食事はご遠慮ください。
○飲み物は2階食堂、各フロア廊下でお願いいたします。
○フリースペースではあらかじめ置かれている席にお座りください。椅子は動かさないでください。また、間隔をとってお座りください。
○土曜開所日は設けません。「音楽が流れる時間」もお休みします。
○館内のプログラムはメンバーミーティングを除きお休みします。
○都や区の要請により、上記について急遽変更となる場合がありますので、ご了承ください。
今後もみなさんと話し合いながら感染症対策を進めて参ります。よろしくお願いいたします。

台風災害に備えましょう

台風が多く発生する季節となりました。毎年多くの台風が日本に接近しますが、台風は事前に来ることが予想できる災害です。台風が近づいているニュースを見たり聞いたりしたら、対策の確認をしましょう。また、家の近くに河川がある場合はハザードマップの確認も必要です。ハザードマップや自分の地域の避難場所が分からない方は一緒に調べますので、職員にお声がけください。

ハロウインの飾りつけをします

今年も昨年に引き続きハロウインイベントの開催は難しいですが、一緒にハロウインの飾りつけを楽しみしょう。

10月13日（水）15時から行う予定です。ぜひご参加ください。

エンゲーリング（園芸）

花壇の夏野菜、プランターのひまわりも盛りを過ぎました。パプリカが赤く色づくのを待っているところです。建物前のみかんの木は実がたくさんできました。エンゲーリングの時間ではない時も、機会を見て収穫をします。お声をかけますね。ご参加ください。

イチゴの葉がうっそうと茂ってきました。今春、随分と実ができました。

パプリカは実が大きくなりました。赤く色づくまで待っています。

昨年は黄色く色づいたみかん。収穫が楽しみです。

夕食サービススタッフのみなさんから

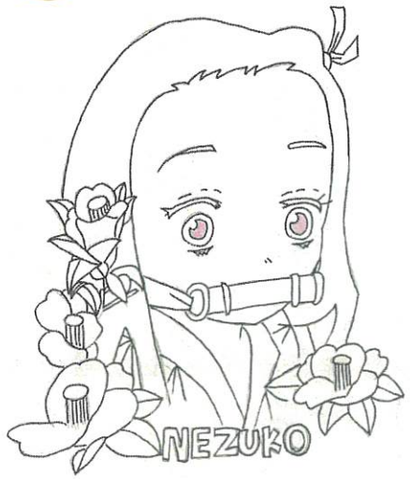
たまにこうじやの商店街でお買い物をしているので、会うかもしれませんね。

（奥山さん）

長くお休みをしているので、皆さんのお顔も見たいです。なかなかお会いできませんが、お互い元気でいましょうね。（馬場さん）

元気な姿でお会いできればと思います。ぜひ、お互いに元気でお会いしましょう。

（坪山さん）



今月の投稿

川柳

夏だけの儚きいのち
蝉と虫

草いきれ
遠い昔を呼び起こす

波洗う
色白あんよの浜散歩

南蒲田の住人さん

メンバーミーティングの報告

9月のメンバーミーティングは15日（水）に行い、3名の方に参加していただきました。

○エアコンの温度設定について、25℃設定にしていたら勝手に上げられてしまったという話が出て、どうしたら良かったかについて話し合っています。

→理想としては、その場にいる人たちで相談して温度を決められたら一番いいが、トラブルを避けたいという意見もあり、自分が着るもので調整したり、場所を移動してみるなども有効な手段だという話が出ています。基本的には利用者さんたちで解決してもらいたいですが、場合によってはスタッフの声掛けも必要かと話しています。

○10月以降の開所やプログラムについては、まだコロナウイルスの感染リスクに関して油断できない状況なため、現状のルールを継続することになっています。

○ZOOMなどのオンラインツールについて、教えてもらいたいという意見が出ており、リモートでやりたいことなども含めて、次回以降のミーティングで話し合う予定です。

意見箱より

※今回は意見箱に意見は入っていませんでした。何か話し合いたいことなどあれば意見箱もご活用ください。

実習生さんからのお手紙

お元気でいらっしゃいますか。

7月末からお世話になりました実習生の高橋です。メンバーの皆様や職員の方々には大変お世話になりました。ありがとうございました。

コロナ禍で制限はありましたが、メンバーのみなさんと落ち着いてゆっくりお話ができた、とても有意義な時間となりました。スポーツ、新製品のアイスクリーム、日常生活のお話など沢山のお話をさせていただきました。また屋外でのお仕事の後、センターに足を運んでくださるメンバーさんもいらっしゃいました。皆様の優しいお気持ちをいつも感謝しつつ過ごさせていただきました。改めてお礼申し上げます。

今後は、実習での経験や職員の方々の真摯に寄り添う姿勢から得た学びを、必要な支援を届ける為に活かして参りたいと思っております。またお会いできますことを楽しみにしております。

皆さまもどうぞお元気で。

アルファ医療福祉専門学校　高橋有子

この度の実習では大変お世話になりました。初めての実習で右も左も分からず、至らない点もあったと思いますが、利用者さんや職員の方々が暖かく迎え入れてくださり、また受け入れてくださったので、とても充実した実習となりました。利用者さんとオープンスペースでお話する時間がとても楽しく、たくさんの学びや発見がありました。実習後は学校に戻り勉強をしていきますが、こうじや生活支援センターでの経験が励みになると思います。

最後になりますが、皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げ、いつかお会いできる日を楽しみにしています。

ありがとうございました。

首都医校　永川愛佳（えがわ　あいか）