

# らくわだより

春号



新型コロナウイルスの感染拡大の勢いが止まらず、イベントの中止や店舗の営業中止など社会全体が活動や外出の自粛となっています。当事業所でもお花見ランチ会がなくなったり、介護施設での実習が延期になったり、福祉用具の洗浄依頼が減少したりと、様々な形で影響を受けています。

しかし、明けない夜はないし、春の来ない冬はありません。今こそ皆が心をついに、この苦難を乗り越えていきましょう！！



## 令和2年度を迎えて

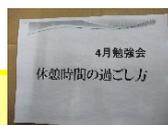
今春は移行支援に4名、継続B型に1名の新しい仲間がふえました。毎年、平均年齢が若くなっていきます！コロナ騒動で歓迎ムードが半減してしまいましたが、フレッシュな風を吹き込んでもらいたいと期待をしつつ、社会人としての新しいスタートを温かく見守りたいと思っています。



## 避難訓練実施

「災害は忘れた頃にやってくる」と言います。4月10日に、地震を想定した避難訓練を行いました。緊急地震速報の仕組みや外出先でアラームを聞いた時の行動を確認し合った後、自分の身を守る行動として机の下に避難する時は、机の脚を持つことも大切だということを学びました。

講評では、避難の早さ、備え・点呼の重要性の話をしました。地震の揺れを感じたら、緊急地震速報の有無にかかわらず、まず身の安全を確保することが大切ですよと呼びかけました。



## 勉強会が始まる

今年度は利用者全員を対象とした勉強会を始めました。作業の空いた時間を利用して4月は

①新型コロナウイルスって何？

②休憩時間の過ごし方

について学びました。

イラスト入りの分かりやすいテキストを使い、

①では、コロナの正体を理解し、ウイルスを広げない自分にできる事を学び、正しい手指の洗い方を練習しました。日頃の手洗いに活かされている様子が伺えます。

(手指洗浄)



(肩こり体操)



②では、なぜ休憩が必要なのかを理解し、様々な過ごし方を学び、最後に肩こりをほぐす体操を行いスッキリ！

作業中はする事が明確ですが、休憩時間の過ごし方は自由。

水分補給、トイレ、昼寝、散歩、談笑、ゲーム…自由な分、どう過ごしていいのかぴんとこない人にとっては、具体的な事例を提示

することで「あ〜なるほど」と思ったようです。自分なりのリフレッシュ方法を見つけたいですね。

