

大谷田ナーズの

ヘルス
チェック!

冬にむけ

日々、秋の深まりつつあるこの頃です。

今年の日本国内は、台風による土砂災害や御嶽山の噴火による犠牲者がでる不幸な出来事がありました。自然はあるときは穏やかで優しく、あるとき脅威で攻撃してきます。

自然の恵みの喜びも、一瞬にして消え去ってしまいます。しかし、自然の変化同様に 私たちを含む生命もどんどん変化しています。

今年は、エボラ出血熱（エボラウイルス）の感染がアフリカから発症し、人類に大きな恐怖を与えています。それは現在も続いています。また、国内では、デング熱が代々木公園から感染が広まりました。

ウイルス生命体は他の生き物の細胞の中で複製しないと生きていられません。

これから冬に向けて インフルエンザやノロウイルスの生命体も生き延びるために私たち人間の中に、隙をみて複製します。その季節になりますと、予防のために、インフルエンザの予

防接種をして、外出時、マスク着用。外出後、うがい・手洗い・室内の加湿にて予防に努めています。

しかし、私たちの周り（生活）を観察してみると、1年で一番賑やかな時期です。秋の味覚と秋の新商品が店先に並び、また、店先には甘い匂いをはじめいろいろな匂いが鼻をつき、私たちの食欲をそそります。

これから、訪れるクリスマス・忘年会・正月・新年会など、わたしたちの心はウキウキとなります。

クリスマスや正月の休みは生活がのびのびとなり、お腹が一杯になるとテレビの前でゴロゴロしてしまいます。暴飲・暴食となり、健康のバランスを崩し、免疫力も低下してしまいます。そうすると、あのウイルス生命体が私たちを狙って複製します。

そのためには ①食欲に負けない、腹八分 ②規則正しい生活のリズム ③適度な運動 ④ストレスのない心のケアに努めましょう。
(武政)

OH!YATTA!!

オー!ヤッター!!

発行 足立区大谷田就労支援センター・足立区大谷田ホーム 発行責任者 酒井 紀幸
〒120-0001 東京都足立区大谷田 1-44-3 TEL 03-3605-6762 FAX 03-3605-7037 URL http://www.ooyata.com

地域の中で働くこと暮らすこと

大谷田障がい福祉施設には働く場と住まいの場の両方があります。これまで企業への就職者や地域アパートへの転居者の方々がいらっしゃいますが、どの方も、企業の方々や地域の方々のご理解やご協力なしには就業や生活が成り立ちません。

会社への就労となると、通勤から帰宅までの間、働くことだけでなく様々な生活の場面で手助けが必要になる場面があります。会社の上司の方に理解いただきながら、社員の方々の見守りがあって就業生活が成り立っている方もいます。例えば、仕事を教えていただけるだけでなく、悪天候時の対応や、昼食の買い物、体調不良時の対応、会社での余暇活動等にお誘いいただくだけでなく送迎等まで行っていただくケースもありました。大谷田就労支援センターから就職させていただいている企業様の多くで、就職者に対して手厚い支援をしていただき、就業生活が成り立っています。

大谷田ホームでは、ヘルパーさんなどに支援いただいていた外出することもあります。入居者の方々が単独で出かける場合もあります。買い物等に出かけても、お店の店員さんに商品の袋を鞆の中に入れてもらったり、段差のある出入り口等で車いすを押してもらっ

たり、自治会のお祭りの準備の手伝いやお祭りや行事への参加にお声掛けいただいたりして、地域の方々にちょっとしたお手伝いをしていただくというケースも増えています。近年では地域の方が入居者の方を覚えていただいて様々な場面で声をかけていただくことも増えています。ホームでの生活自体が地域の方々と交流が増えてきており、その中のサービス場面以外で、自然にお手伝いいただけることが大切な機会になっています。

障がいがあるなしに関わらず、人は他者の手助けを得ながら、自分自身の生活が成り立っています。障がいのある方は、ほんの少しの手助けが多いというだけです。その手助けが自然と得られることも大事なことです。我々支援者が作り上げていくことも重要だと考えます。我々が地域の中に入り、様々な方々と結びついていき、様々な生活を障がいのある方々に橋渡しをしていく役割が求められます。大谷田障がい福祉施設が取り組んでいることが、一つのノーマライズの形として表れてきていますが、更に拡充していけるよう取り組んでいきたいと思っております。引き続き皆様のご支援ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。(酒井)

年賀状印刷承ります

平成27年 新年のご挨拶は足立区大谷田就労支援センターのオリジナル年賀状をご利用ください。

■ご注文期間：10月30日～12月19日

■ご注文方法：インターネット→ <http://ooyata.com/> ※フォームの送信から注文してください。

FAX → 03-5849-2029 E-mail → ooyata@ainowa.or.jp で受付致しております。

※タイトルに【年賀状・喪中注文】とお入れください。

■印刷代金（一例）：カラー100枚 4,158円 お手頃な価格でご提供しております。

お歳暮カタログ

心温まるギフト商品をご紹介します。

贈り物に、ココファーム・ワイナリーのワインはいかがでしょう？パーティーや年末年始の集まりだけではなく、大切な人への贈り物としても大変喜ばれています。大谷田就労支援センターでは通信販売を行っております。是非、お試しください。(未成年者への販売は固くお断りしております。)



大谷田上自治会三七会秋の祭礼

宵宮



10月5日(土)6日(日)と秋祭りが行われました。毎年「三七会」の皆様と大谷田就労センター、大谷田ホームと一緒に地域の方と触れ合いながら楽しく行っています。

5日は宵宮が行われ縁日ではヨーヨーすくい、ぼっちゃんゲーム、綿菓子、焼きそば、フランクフルト、磯辺焼き、ソースせんべいでは何十枚ものせんべいをほうばるお子

さんの姿も見られました。おいしく食べ楽しく過ごしました。

毎年恒例のビンゴゲーム。大谷田ホームの入居者が一人ひとり役割を持って行いました。数字が読み上げられ「ビンゴ!」という大きな声がたくさん聞かれました。

今年も地域の方々と楽しいひと時を過ごすことができました。皆様のご協力に感謝いたします。ありがとうございました。

本宮

2日目は、町内会の「三七会」の皆様とお祭りを楽しみました。

当日は雨が降っていましたが、おそろいの法被に身を包み、威勢良い掛け声とともに町内を練り歩きました。

神輿に続いて、可愛い子供たちの山車、センター・ホームの利用者の方の皆さんが雨の中カッパをはおい一緒に歩きました。休憩所では手作りの美味しい料理、飲み物等をふるまっていただきました。昼食は、施設内で「三七会」のご婦人たちの手作りの「愛情いっぱいのカレーライス」と休憩所から差し入れのあった「煮込み」が出ました。おかわりをする人も出るほど、大好評でした。

あいにくの雨でしたが、「三七会」の方たちと一緒に楽しいひと時を過ごすことができました。

片付けも皆さんで行い、とても充実した2日間を過ごすことができました。皆さん、お疲れ様でした。

