

環境省、厚生労働省より「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイントが示されておりますので、ご紹介します。

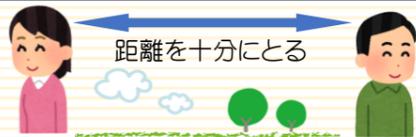
①暑さを避けましょう

- ・エアコンを利用する等、部屋の温度を調整
- ・感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整
- ・暑い日や時間帯は無理をしない
- ・涼しい服装をする
- ・急に暑くなった日等は特に注意する



②適宜マスクをはずしましょう

- ・気温、湿度の高い中でのマスク着用は要注意
- ・屋外で人と十分な距離(2メートル以上)を確保できる場合には、マスクをはずす
- ・マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクをはずして休憩を



③こまめに水分補給しましょう

- ・のどが渇く前に水分補給
- ・1日あたり1.2リットルを目安に
- ・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに



④日頃から健康管理をしましょう

- ・日頃から体温測定、健康チェック
- ・体調が悪いと感じた時は無理せず自宅で静養



⑤暑さに備えた体作りをしましょう

- ・暑くなり始めの時期から適度に運動を
- ・水分補給は忘れずに、無理のない範囲で
- ・「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度



厚生労働省 HP

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431\\_coronanettyuu.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_coronanettyuu.html)

行事報告

- 4月 4日 レク『茶話会』(瑠璃の屋形) 6日 お花見(瑠璃寮)  
11日、8日、25日 レク『DVD鑑賞』(瑠璃の屋形)
- 5月 2日 レク『DVD鑑賞』(瑠璃の屋形) 9日 レク『茶話会&ゲーム』(瑠璃の屋形)  
16日 レク『DVD鑑賞』(瑠璃の屋形) 23日 レク『カラオケ』(瑠璃の屋形)  
30日 レク『トランプ&UNO』(瑠璃の屋形)
- 6月 6日 レク『DVD鑑賞』(瑠璃の屋形)



※上記行事については感染症対策を行った上で実施しております。  
※中止となった行事については省略させていただいております。

お問い合わせ先

社会福祉法人 尾道のぞみ会 (HP:<http://www.o-nozomi.or.jp/>)

- ・瑠璃の屋形(就労継続支援 B 型) 広島県尾道市久保町 92-2 ☎(0848)37-6040
- ・瑠璃寮(生活訓練:宿泊型、通所型、訪問型・短期入所) 広島県尾道市久保町 1714-1 ☎(0848)20-7676
- ・地域生活支援センターるり(地域活動支援センター・指定特定、指定一般相談支援)  
広島県尾道市天満町 2-10 ☎(0848)38-7151
- ・希望の家(共同生活援助) 瑠璃寮内
- ・やまと(就労継続支援 B 型) 広島県尾道市御調町大山田 1139-2 ☎(0848)76-2356
- ・ヴィータ(就労継続支援 B 型) 広島県尾道市因島重井町岩鬼 5276-17 1階 ☎(0845)26-2580

# 瑠璃だより

## 夏号



発行:社会福祉法人尾道のぞみ会 2020年6月29日発行  
〒722-0042 広島県尾道市久保町92-2

やまと

暑い季節がやってまいりました。皆さまいかがお過ごしでしょうか。  
やまとの活動報告をさせていただきます。



感染症対策について

やまとでは、緊急事態宣言が発令される前から利用者・職員共に通所前に検温をし、37.5℃以上あった場合にはお休みするという体制をとっていました。現在もこの体制を継続しています。また、その他の感染症対策としてマスクの着用や屋外作業後の手洗い、消毒を徹底しています。今後も気を抜くことなく、感染症対策をしながら日々作業に励みたいと思います。

田植えについて

今年度も田植えの時期がやってまいりました！田植えをするために、昨年の稲刈り後からいろいろと準備をしてきました。



まずは、稲刈りを終えた田んぼで『耕うん』という作業を行います。『耕うん』とは、トラクターという機械を使用して畑を耕す作業です。寒い冬の時期から期間をあけながら数回の耕うんを繰り返して、藁や雑草などを細かくして下準備をしていきます。このような地道な作業をしたのち、春先から本格的に作業を始められるのです。

耕うん後は、『代掻き(しろかき)』をします。『代掻き』とは、耕うんが終わった畑に水を入れて縦と横にトラクターで耕す作業です。この作業を終え、1週間すると畑は田植えをすることができる状態になります。

今年も利用者さんと協力して田植えをしました。田植えも順調に行えており、あと少しで終わるところです。どなたもケガをされることなく、例年通り無事に田植えを終えられることをうれしく思います。

稲は植えたら終わりではありません。周囲の草刈りや水の管理などを行いながら、稲がしっかりと育つように努力していきたいと思っています。

やまとで収穫したお米やネギ、手作りのクッキーのご注文を承っております。ご希望の方は是非ご連絡ください。

ネギについて



ネギは、水耕栽培ということもあり年間を通して栽培しています。感染症対策としては、作業前に必ず手洗いとアルコール消毒を行っています。暖くなる時期からネギは一段と大きくなります。あまり大きくなりすぎると硬くなってしまい、出荷することが難しくなります。その為、利用者さんと協力しながら日々出荷作業を行っています。

これから熱中症なども増えてまいります。どうぞ皆さまお気を付けてください。

### 支援センターるり



日差しの強い日が増え、だんだんと夏らしい気候になってまいりましたが皆さまいかがお過ごしでしょうか。現在(5月時点)、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため各所でさまざまな取り組みがなされています。

センターるりでは、利用者が来所の際には必ず手指をアルコール消毒していただき、マスク着用を呼びかけています。手拭きタオルも撤去し、ペーパータオルを常備して使用しています。

プログラムの開催においては、三密(密閉、密集、密接)状態を避けるため一部参加人数を制限しています。状況は都度告知をしており、利用者の皆様にはご理解とご協力をお願いしています。

大変な状況下ではありますが、それぞれが感染防止の意識を持ちできる限りのことを行っていきながら、一日も早く終息することを祈っています。



### ヴィータ

#### 感染症対策

小暑の候、お変わりなくお過ごしのことと存じます。

さて、ヴィータでは利用者の方々が日々作業に勤しんでおられます。コロナウイルスの影響で色々な行事が中止になり、ヴィータのスケジュールも変更がありました。利用者の方は行事が無くなったと聞いてとても残念な様子でしたが、「仕方ない」と気持ちを切り替えて集中して作業をされていました。

今回は利用者 M さん、K さんに感染症拡大防止の対応についてインタビューを受けて頂きました。

・時間を短縮しての開所となりましたが、どのように思われましたか？

M さん) 他の一般の会社や飲食店は休業していたけど、ヴィータは開いていて有りがたかった。

K さん) もし開いていなければ暇だったので、開いていてくれて嬉しいです。

・三密の工夫として窓を開けたり、2mの間隔をあけて食事などしていましたが、なにか違和感はありませんでしたか？

M さん) 丁度人数が少なかった時だったので違和感なく過ごせました。

K さん) 食事は特に違和感はなかったけど、窓を開けることによって風が入り、気持ちいいなと思いました。

・毎年恒例の BBQ が中止になりましたがどう思われましたか？

M さん) いつもだったらやまとの利用者さんとやまとの職員や寮の職員の方々と交流をして楽しく過ごしていましたが、中止になったので悲しいと感じました。

K さん) BBQ にまだ行ったことが無かったので、行ってみたいかなあと思いました。

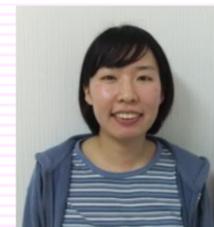
それと、ヴィータから異動した職員に会いたかったので残念でした。

M さん、K さんお忙しい中インタビューに応じて下さりありがとうございました。引き続き対策の努力を行いながら、ともに乗り越えていきましょう。

#### 活動報告

ヴィータでは園芸を行っています。園芸をより良く、より楽しむ為に利用者さんが主体となって培養土や野菜、花の苗、種選びを行い、ミニトマト、ゴーヤ、アジサイ、アサガオなどの苗や種を購入しました。実がついたらみんなで食べようと今から楽しみにしています。

はじめまして。今年4月から尾道のぞみ会に入職し、希望の家に配属されました生賀(しょうか)と申します。読みにくい名前です。申し訳ございません。どうぞ宜しくお願い致します。



私は大阪府出身で、入職をきっかけに尾道へ引っ越して参りました。というのも、因島出身のとおあるアーティストを10年程応援しており、聖地巡礼というヲタク活動で何度も尾道を訪れていました。そうするうちに尾道で生活することに憧れ、この地で就職するに至りました。感染症の影響でまだ最低限必要な外出しかできていませんが、職場で大好きな広島弁を聞き、日々癒されています。

先程も述べたように、私には長く追いかけているアーティストがいます。ライブにもよく足を運び、昨年は千葉、静岡、大阪、徳島、三重にライブ参戦のため、訪れました。今までライブ参戦が趣味だった人間ではありますが、最近ではYouTubeで更新されていく動画配信を見ておうち時間を楽しんでいます。でも、ライブに行きたい気持ちは枯れることなく強くあります！



最後に、私が尾道のぞみ会の職員として心がけていることを書きたいと思います。それは「生賀さんに相談しなければ良かった」と思われるような支援をしないということです。まだ私自身経験不足で、成功も失敗も分からないような状態ですが、優しく接して下さる周りの方々に感謝し、努力を惜しまず頑張りたいと思います。

今年の4月から尾道のぞみ会に入職し、瑠璃寮に配属されました村口と申します。どうぞよろしくお願い申し上げます。



私が瑠璃寮に配属されて約2ヵ月、毎日が初めての事ばかりでとても貴重な体験をさせていただいています。その体験から私が瑠璃寮で働く上で一番大切だと感じたことは、利用者の方との信頼関係を構築することです。信頼関係を構築するために私は普段から利用者の方とのコミュニケーションを大切にしています。

日々のコミュニケーションの中で、時には相談を受け、自らの判断で臨機応変な対応を求められることもあります。その時、今はまだ他の職員の方に頼ることが多く、自分一人で対応できるほどの知識や技術がありません。そのためこれからの利用者の方との関わりの中で、利用者の方一人一人についてもっとよく知り、障害特性や法律に関する知識を身に付け、臨機応変な対応が求められる場面にも対応できるよう頑張りたいと思います。

さて、せっかくの自己紹介の機会なので趣味についても書いてみようと思います。私の趣味は音楽を聴くことです。通勤時や寝る前に毎日音楽を聴いています。最近よく聞いている歌手は『CREAM』と『CIMBA』です。『CREAM』と『CIMBA』がコラボして歌っている『セミダブル feat. CREAM』という曲をよくリピートして聴いています。テンポのいい曲が好きの方はぜひ聴いてみてください。



#### 感謝の気持ち

- 4月 【寄付金】 川ノ上光昌様
- 【物品寄贈】 佐藤真佐美様 匿名希望様 匿名希望様 匿名希望様
- 5月 【物品寄贈】 匿名希望様
- 6月 【寄付金】 谷口久人様 李谷正樹様

## 瑠璃の屋形



七夕が近づいてまいりました。全国の短冊には、コロナウイルスの終息や平穏な日常への願いが多く書かれているのではないのでしょうか。織姫と彦星の二人には自粛などせず、再会を楽しんでもらいたいものです。

さて、瑠璃の屋形の近況についてお知らせいたします。緊急事態宣言が発令された際には事業所の開所時間を短縮し、感染防止対策に取り組みながら利用者みなさんに通所していただきました。また、直売市では店内のお客様の人数制限、レジ前にビニールシートの設置等の対策を行い営業を続けました。緊急事態宣言解除後は、感染防止対策を継続して行いながら通常通りの開所時間、営業時間としました。



直売市では野菜やお菓子等の食品関係だけでなく、手作り雑貨の販売も行っております。中には、手作りの布マスクもあり、市場ではなかなか手に入らないため入荷するとすぐに売り切れとなっております。一時期は、購入枚数の制限をさせていただいておりましたが、現在はたくさんの布マスクが棚に並び、購入枚数の制限は設けず販売をさせていただいております。最近では夏に向けて、薄手のマスクも並び始めています。



皆様、コロナ疲れもあることと思いますが、引き続き感染予防に取り組んでまいりましょう。

## 希望の家



原稿を作成している現在は、雨が降り梅雨入り宣言が出ています。ホームの近くでは紫陽花が大輪の花を咲かせ、白や青、紫のグラデーションの花を眺めていると慌ただしい日常生活から解放されるようです。瑠璃だより夏号が皆様のところに届く頃には、朝顔や向日葵が咲き、蝉の大合唱で、猛暑の夏でしょうか？

この号では、「希望の家」での朝の様子をお伝えしたいと思います。朝の7時30分から5か所のホーム(2名定員~6名定員)をスタッフが訪問して回ります。新型コロナウイルス感染症予防対策を第一優先事項とし、利用者の方には毎日検温を実施して頂き、熱がないことを確認しております。その他、各利用者に応じた個別支援も実施しており、精神的に不安な場合は傾聴対応や必要な情報の提供を行っています。体調不良時には早めの受診を促したり、場合によっては一緒に病院へ行く等、自らの力で安心して生活を送ることが出来るよう支援しております。

利用者の方からは「ありがとうございました」「今日も頑張ってるね」「顔を見て、元気になった」と声を掛けて頂き、よ~し、今日も1日頑張るぞとエネルギーをもらっています。

暑さ厳しき折、熱中症に気を付けて頂き、お身体ご自愛ください。



## 瑠璃寮

梅雨の季節を迎えましたが、新型コロナウイルスの影響で三密を避けなければならない今、雨が  
続くと窓を開けたままにもできず、どうしたらいいものかと考えているこの頃です。瑠璃だより夏号  
では、新型コロナウイルスの影響による寮内の変化について報告します。

瑠璃寮では元々、月3回程度『心と身体のリフレッシュ』というプログラムで、講師の方をお呼びし  
て簡単なヨガや体操を行っていましたが、新型コロナウイルス感染のリスクを考え4月、5月は職員  
のみでの対応に変更しました。講師の方がやっていたことを真似してみたり、職員が普段やってい  
る体操を取り入れたりするなどして、室内でも身体を動かす時間が確保できるよう取り組みました。

他にも月に1~2回『買い物バス外出』というプログラムを行っていましたが、バス内での新型コロ  
ナウイルス感染のリスクを考え、毎週の『送迎付き買い物支援』に変更しました。この変更により、不  
要不急の外出がないように努めました。

食事に関しては、それまで食堂で集まって食べていたものを食堂と訓練室に分かれ、  
1人1テーブルで人と十分な距離をとって食べるようにしました。緊急事態宣言が解除  
されたとはいえ新型コロナウイルスが終息したわけではないので、瑠璃寮の中でも  
新しい生活様式を取り入れながら第二波、第三波に見舞われない  
よう取り組みたいと思います。



## 新人職員紹介コーナー



## はじめまして



初めまして。4月1日付けで尾道のぞみ会に入職し、ヴィータに配属と  
なりました岡本です。出身は広島県尾道市で、入職前は福山 YMCA 国際  
ビジネス専門学校で Word や Excel、Power Point などの技術やビジネス  
マナーを学びました。



私の趣味は、漫画を読む事です。特に好きな漫画は『ピアノの森』です。  
森に捨てられたピアノをおもちゃ代わりにして育った主人公が、かつて天才ピアニストと呼ばれた  
人物や偉大なピアニストの父を持つ人物などとの出会いの中で、ピアノの才能を開花させていき、  
やがてショパンコンクールで世界に挑む姿を描く感動のストーリーです。まるで本当に音が聞こえ  
てくるような感覚になるので是非皆さんにも読んでいただきたいです。

何もかもが初めての経験で右も左も分かりませんが、先輩職員の方々、メンバーの皆様いろい  
ろな業務、作業を教えていただいております。とても覚えることが多く、一度で覚えられない事が  
あり、自分に職業指導員という仕事が務まるのかという一抹の不安もございましたが、いろいろな  
方に支えられ楽しく仕事が出来ています。

また、教えていただくだけではなく、自分の持っている「技術」「知識」「経験」を  
活かしてメンバーの皆様の手助けになる様、努力していきたいと思ひます。

