

KSKS

社会福祉法人 ^{いぶき}**息吹**

編集人 〒562-0001 箕面市箕面3-9-19

メイプルハウス

TEL/FAX 072-721-9006

URL <http://www.ibuki-minoh.com/>

ニュース

NO.161

2009. 11. 1



平成21年度 ハートパーク

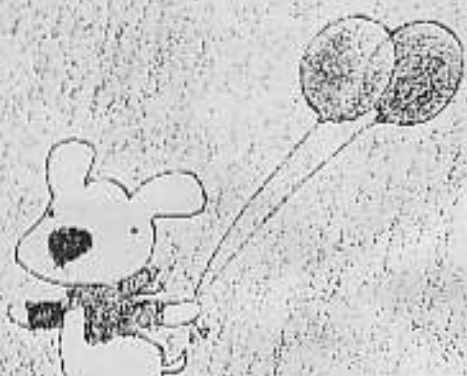
～ところどころのふれあい広場～

11月28日(土)開催！！

- 講演会(大ホール):松野明美氏
「私のマラソン人生」
(有料:前売り券500円/当日券600円)
- こどもふれあいひろば:食べ物屋台 パザー 昔あそび ジャグリング けん玉
科学工作紙芝居 パネルシアター

時間:12:00～16:00
 場所:メイプルホール
 講演会時間 13:00開場 13:30開演

*その他詳細は本誌付録のチラシをご覧ください☆



10月息吹活動



- 10/1 (木) ミーティング (パオみのお)
- 10/7 (水) … 外食レク「鎌倉パスタ」 (あつとほーむ)
- 10/9 (金) … ミーティング (もみじの家)
こころの会調理実習 (シェスタ)
ユニクロ買い物ツアー (パオみのお)
- 10/10 (土) … カメカメクラブ (映画)
- 10/13 (火) … 保健所より実習生1名受け入れ (あつとほーむ)
ミーティング (シェスタ)
- 10/14 (水) … こころの会 給食 (もみじの家)
- 10/15 (木) … ういんぐ「ハイキングに行こう会」
- 10/16 (金) … 夕食会 (七等) (パオみのお)
- 10/17 (土) … もみじの家 地域交流祭「いっぶく」
- 10/19 (月) … もみじの家 地域交流祭「いっぶく」 打ち上げ
保健所より実習生1名受け入れ (あつとほーむ)
- 10/26 (月) … ミーティング (あつとほーむ)
- 10/28 (水) … ハートパーク実行委員会
箕面市立第3中学校体験学習受け入れ (シェスタ)
- 10/29 (木) … 万博公園へコスモスを見にいこう (パオみのお)





地域活動支援センター
& 相談支援事業

パオみのお



～今月のお題～ インフルエンザに要注意な時期がやってきました。

■ インフルエンザが人にうつるには

- ① 咳やくしゃみ、会話などによって飛び散ったウイルスを吸い込むことでおこる飛沫感染
 - ② ウイルスがついた手で目・鼻、口などを触れることでおこる接触感染
- の場合が考えられ、多くは①の飛沫感染と考えられています。

■ インフルエンザにかからないために注意したいこと

- なるべく人混みをさけ、普段あまり行かない所への外出は、必要性がないのであったらインフルエンザの流行が落ち着くまではなるべく避けましょう。
- 外出から帰ったら、手洗い、うがいを必ずしましょう。手洗いは、石けんを使って最低15秒以上こすり、清潔なタオル等でふきましょう。
- ふだんから十分な栄養と休息を取り、体の抵抗力を高めましょう。
- 毎度は定期的に換気し、冬場など乾燥する季節は、湿度を保つようにしましょう。

■ 人にうつさないために、せきエチケットを守りましょう

- 咳、くしゃみができるときは、マスクを着けましょう。
- 咳、くしゃみの際は、他の人から顔をそむけ、ティッシュで口や鼻をおおう。使ったティッシュはすぐに、ごみ箱に捨てましょう。
- 咳やくしゃみをおさえた手、鼻をかんだ手は、ただちに石けんを使って、ていねいに洗いましょう。ハンカチ、タオルを他の人と一緒に使うことは避けましょう。

■ 新型インフルエンザと季節性インフルエンザの症状は似ている

新型インフルエンザの症状は、38度以上の突発の高熱、のどの痛み、せき等の呼吸器症状のほか、頭痛、関節痛、筋肉痛、倦怠感などの全身症状で、通常の季節性インフルエンザと似ています。

特に、以下のような症状があるときは、救急医療機関で受診してください。

- <小児> 呼吸が深い・悪寒しそう・顔色がどんどん悪くなる(土気色、青白い)・
何も食べたがらず、飲もうともしない・全無反応(ない・反応がにぶい)
- <大人> 呼吸困難・息切れ・胸の痛みが続く・嘔吐や下痢が続く

■ もし、「かかったかな？」と思ったら

まずは外出を避けましょう。特に人の集まる場所(検産施設など)はうつしてしまう可能性が高いので特に避けます。そしてかかりつけの病院(または近くの病院)に電話で受診について相談しましょう。多くの方は軽症で回復しますので、ただちに救急車を呼んだり、夜間に救急医療機関に駆け込んだりする必要はありません。受診する時には必ずマスクを着けて病院に行きます。受診した後は家に帰って静養します。

静養したあと、症状が回復してきたなど思っても油断はしてはいけません。熱が下がってから2日間程度、咳などの症状が残っている間は症状が始まってから7日間程度は他人にうつす可能性が高いからです。症状が落ち着いてきたと思ったら、念のためインフルエンザの診断してもらった病院にもう一度相談しましょう。

こんげつ どうこう
今月の投稿

「砂時計」

砂時計

それは小さな砂の粒が生まれ落ち

新しい時を刻む

それはまるでこの世に砂利が生まれ落ち

大地を成し糖成して行くかの如く

すうーっと糸を引く様に流れ落ちる

我々もこの砂利の一粒に過ぎないのかもしれない

しかし砂利も大地を成し地球を構成している

我々一粒の砂利の命も脈絡と流れつづけ受け継がれる

それは肉体とも

精神とも呼べるだろう

それははかなく尊いもの

我々の世界は砂時計の粒

我々の命も砂時計の粒

我々の精神も砂時計の粒

それは、はかなく、美しく、

そして、せつない

津田誠大(大樽道)

第5回もみじの家地域交流祭いっぶく

イベント報告

10月17日(土)に、今年で5回目となる「もみじの家地域交流祭いっぶく」をおこないました。

朝は若干晴れていたものの、お昼ごろからにわかに変が暗くなり、小雨がぱらついてきたかと思ううちに、激しい雷雨にみまわれるという悪天候でしたが、激しい通り雨が過ぎ去った後は、天気回復し、無事にイベントを終えることができました。

毎年恒例のもちつき大会、射的や手づくりメンコ・コマなどのゲームコーナー、明石焼き・ジュースなどの食べもの屋台、ギター演奏・ボランティアの方をお招きしてのパネルシアターや科学工作教室などなど、息吹の利用者の方々と地域のみなさんとのおいしく楽しいふれあいの場ができました。

「もみじの家地域交流祭いっぶく」は、精神障がいを抱えながら地域で生活している方々の居場所として軽作業やレクリエーションをおこなっている「もみじの家」を地域の皆さんに広く知っていただきたいという思いからおこなっているイベントです。障がいをもつ方々と地域の皆さんがいっぶくを通して交流することで、精神障がいに対する誤解や偏見を少しでも減らし、障がいの有る無しにかかわらず、すべての人が共に生きる社会を作る一助になったらと思っています。

メンバーの声

- さとうじょうゆのおもちがおいしかった
- 射的をするお客さんが多くてびっくりした
- 施設関係者はとても多くて盛り上がったけど、一般のお客さんが少し少なかった



カメクラブ 発信 11 月号

すっかり秋のいできまわすね、わたしたちも秋の味に
おいと菓の花の匂いがよくとるよ

さて、11月のカメクラブミーティングです。12月のクリス
マス会や2月の水曜のことも決めます

みなさんなるべく参加してください。(たいしたこと
から...)

11月6日(金)
13:30~16:30
スカイアリーナ(サズアリーナ)
300円(※スポーツドリンク付き)
※途中参加は150円になります。

第30回 魁 スポーツ推進振興クラブ 予定



日 種
種 目
場 所
参加費

11月6日(金) 13:30~16:30
ドッチボール&バスケットボール
スカイアリーナ(サズアリーナ)
300円(※スポーツドリンク付き)
※途中参加は150円になります。





こころの会だより

秋も深まってきました。箕面の山々も少しずつ色づき始めてきています。皆さん、どんな秋をお過ごしですか？ さて、交流会の内容もかなり決まりつつあります。前回の定例会に出席した会員は、全員参加可能と言う事で役割分担など軽く決めました。定例会に出席できなかった会員の方は、参加可能でしょうか？ 弁当注文等の予定もありますので、出欠を会長までご連絡下さいようお願いいたします。



<活動報告>

- 10月1日(木) 定例会 於 ささゆり園 13:30~ 11名出席
 - ①「いきいき祭り」(10/31土)参加の詳細を決めました。雨天の場合は参加辞退する事になりましたので、ご注意下さい。午前参加と午後参加と別れて分組する事になりました。当日飛び入りの参加も歓迎です。
 - ②交流会の内容について話し合いました。ゲーム本を購入してきた会員も！頭が下がります。ゲームで盛り上がりそうです！お楽しみに！
- 10月14日(水) 玉すだれ練習 於 ささゆり園 13:30~ 会員4名参加
年に一度、交流会で発表の機会を頂いて感謝です。新バージョンで頑張ります。
- 10月15日(木) ういんぐ例会 於 もみじの家 13:30~ 会員7名参加
秋晴れ*に恵まれ、壺天展望台まで歩いてきました。
- 10月17日(土) もみじの家 「いっぶく」お手伝い 9:30~ 会員10名参加
- 10月31日(土) 「つながれ！ボランティア 第12回いきいき祭り in みのお」参加



<活動予定>

- 11月5日(木) 定例会 於 ささゆり園 12:00~
当日は、14:00からグリーンホールにてボランティア講座が始まりますので、早めの開始となっています。くれぐれもお間違いのないようご留意下さい。13:45には閉会にして、グリーンホールに移動しましょう。
- 11月11日(水) 玉すだれ練習 於 ささゆり園 10:00~
いつもは午後の練習がほとんどなのですが、今回は午前の練習です。
- 11月19日(木) こころの会 交流会
- 11月28日(土) 「ハートパーク」参加
- 今月はこころの会交流会があるため、ういんぐ例会はお休みです。



ういんぐ

10月15日にハイキングに行ってきました。10月とは思えないような暑さでしたがみんなで話をしながら展望台まで歩きました。展望台からはビルの合間に大阪城を見ることが出来ました！また、ハイキングコースでは爽やかな風を感じることが出来ました。ではでは、参加者の皆さんの感想を紹介したいと思います。

- ・美濃の織造以外の散歩道を知ることができてよかった。
- ・歩いてひざが楽った。
- ・鷹が見れなくて残念・・・。
- ・展望台で大阪城が見れて良かった
- ・秋祭りの写真が撮れてよかった。
- ・遠き遠った緑の景色を見てうっとりした。
- ・みんなとハイキングに行けてよかった。

今後のういんぐの予定

11月はこころの会交流会がありますのでお休みとなります。

次回は、12月17日(木) 13:30

よりもみじの家で活動を行いたいと

思います。次回は茶話会形式の俳句会を行う予定ですので皆さんぜひ参加して下さい。お待ちしております。



ね 根っこの会より

～上半期の報告とお願い～

代表 橋本 洋子

謹啓 時下益々ご清祥のこととお慶び申し上げます。

また、早業は、根っこの会並びに(社福) 恵吹の運営に一方ならぬご支援・ご協力を頂き、ありがとうございます。

上半期の報告をさせていただきます。

9月末時点で、会員数60名、会費合計138,000円と多くの方のご支援をいただきました。末篤にありがとうございます。療がい者福祉の分野で、施設運営が厳しさを増す一方のなか、逆風に立ち向かうべく、社会福祉法人恵吹の運営を応援する会として、できたのが根っこの会です。

今後も、法人運営の各施設を拠点に、様々なニーズに対応できるよう頑張っていくつもりですので、引き続き、ご支援・ご協力をお願いするとともに、この記事を見られた方のご入会、ご入会のご身近な方への呼びかけをお願い申し上げます。

謹啓

にゅうかい かいひのうにゅう 入会及び会費納入について

ね 根っこの会では、精神障がい者の地域生活を支える応援団として、入会をお願いして
います。

- 会費は、(社福) 恵吹の運営費の一部として大切に使用させていただきます。
- 会費納入状況については、毎年会計年度締め切り後に(社福) 恵吹機関紙のメイプルハウスニュースにて報告致します。
- 会費の方には、毎月一回発行の(社福) 恵吹機関紙のメイプルハウスニュースを送付させていただきます。
- 今年度より、2年以上会費の納入の無い方へは、ニュースの送付ができなくなりますのでご了承ください。

代表 橋本 洋子

呼びかけ人 下司 敦子 三波 義英
大河内 まほ

■ 年会費 一口 1,000円 (何日でも可)

■ 届込先 郵便振替口座 00940-2-147886
加入者名 根っこの会

お問い合わせ

箕面市外院3-7-35 パオみのお内

ね 根っこの会

TEL/FAX 072-726-7800