



【 岩戸 】

○ 地域生活支援センター一歩
○ 生活介護（あーす）
住 所：印西市岩戸1721
電 話：0476-99-3033
FAX：0476-85-7722

【 杏 】

○ 短期入所支援事業所 杏
住 所：印西市岩戸1343-1

【 相談 】

○ いんば障害者相談センター
住 所：印西市岩戸1343-1
電 話：0476-99-2501
FAX：0476-33-6024

梅雨明けもそろそろでしょうか？今年も夏本番の暑い季節が到来です。
水分補給を忘れずに、暑さに負けず、夏を乗り切りましょう！



相 談

相談先がよくわからないと悩まれている方へ、今回は当事業所とは別の相談先を二カ所ご紹介致します。

よく眠れない、気持ちが晴れない、なんとなくイライラする等の心の SOS サインに気付いたら気軽にカウンセリングを受けてみませんか？

八千代市下高野にある「八千代病院」では公認心理士や臨床心理士が対面や電話でのカウンセリングを実施されています。相談時間によって料金が変更になります。

「八千代病院」 ご予約、お問い合わせ先：047-488-1511

もう一つは今年3月に印西市に開室された「心理・発達相談室つぼみ」

0歳～18歳までのお子様と保護者の方のための相談室です。経験豊かなセラピスト坂内氏（公認心理士・臨床心理士・心理学修士）がご自宅で開室されています。

「心理・発達相談室つぼみ」ご予約、お問い合わせは、HP お申込みフォームから。



一緒に考える仲間を増やすようなお気持ちで、ご利用を考えてみてはいかがでしょうか。

（相談：大久保）

生活介護（あーす）

ここ最近の地震や台風による災害や小学校の火災が新聞やニュースで大きく扱われ、ますます災害に対する備えが大切になっています。

あーすでも6月30日に地震に備えた避難訓練を実施しました。抜き打ちの訓練でしたが、どのメンバーも災害に対する意識が高く、冷静に対応して、机の下に隠れる人やスタッフの指示をきちんと聞き行動する人がほとんどで、怪我が無く迅速に園庭に集合することができました。年に数回の訓練ではありますが、継続した経験はいざというときに必ず役立と思います。



畑では、ジャガイモの収穫を終え、夏野菜のピーマン・唐辛子・しし唐・きゅうり・トウモロコシ・枝豆・オクラ・ナスやサツマイモ等を植え、今すくすく順調に育っているところです。水やりや草取りに力を入れ、暑い夏を乗り越え、収穫を期待したいと思います。



（あーす：米井）



一 歩



グループ外出で、おーいお茶ミュージアムに行きました。メンバーの皆さんは駅のホームで電車を待っているときから、目的地がワクワク期待感に溢れる様子で、和やかな雰囲気です。スタートしました。

新橋駅からミュージアムへの道中、気温が少し高めの中、「ミュージアムが待ち遠しい！」と話しながらメンバー皆で目的地へ向かいました。ミュージアムでは、お茶のラベル作成を体験し、メンバーは無我夢中になり楽しみました。最後にペットボトルを高温の熱湯に浸す工程があり、どんなオリジナルパッケージが完成するのか、作業工程を見学しながら、皆興味深々に行っている様子でした。

完成品ができた瞬間、達成感に充ち溢れうれしそうな表情やリアクションが同えたり、すぐにヘルパーやメンバーに完成品を見せ合いっこするメンバーがいたり、感情を分かち合っていました。パッケージには、好きなキャラクター

や好きなものを描き、中には普段から大事にしている言葉、家族への感謝の言葉、目標などを記載しているメンバーもいて、それぞれのセンスや性格が出ていて、彩りのある素敵な商品が完成しました。

完成した商品は、「自分の部屋に大事に飾って眺める！」「すぐに飲みたい」「家の人にプレゼントしたい！」など様々な声が上がってました。帰りにミュージアム内のカフェで、おーいお茶にちなんだ抹茶スイーツを楽しみ、お茶に触れ楽しむ時間になりました。ちなみにメンバーの1番人気は、抹茶わらび餅シェイクでした。

梅雨時期に負けることなく、有意義な体験時間をメンバーは満喫されていた様子でした。

(一歩：狩野)



杏



今月は季節を感じられるよう、七夕の願い事を短冊に書いてもらいました。色とりどりの短冊には「おいしい物が食べたい」「お金持ちになれますように」「杏にたくさん泊りにきたい」など、一人ひとりの思いが込められ、笹いっぱいに飾られました。

また、杏での自由時間に折り紙で提灯や輪飾りを作ってくてるメンバーもいました。のりやはさみを器用に使いこなし、慣れた手つきで次々と作品が完成していきます。みんなと一緒に飾ったり、七夕の話を楽しんだりしながら、笑顔あふれるひとときになりました。「願いが叶うといいね」と完成した笹を眺め嬉しそうに話す姿も見られ、温かい時間となりました。季節の行事を通して交流を深め、楽しみや達成感を感じられる時間も大切にしていきたいと思います。

これから暑さが一段と厳しくなります。こまめな水分補給や室温管理、十分な休息を心掛け熱中症予防を行います。食事量や睡眠、体調の変化にも細やかに気を配り、ご利用中に気になる様子が見られた際にはご家族とも情報を共有していけたらとおもいます。メンバーが安心して過ごせる「もう一つの居場所」になれるよう、一人ひとりの想いや個性を大切に、笑顔あふれる温かい場所作りに努めていきます。

皆さまの願いが天まで届き、笑顔あふれる毎日となりますよう心より願っております。

(杏：高橋久代)

