



事業所通信No.165

特定非営利活動法人はちくりうす
東京都目黒区鷹番3-14-9
Tel : 03-3793-3012
Fax : 03-5856-6700
E-mail : office@8curious.or.jp
https://www.facebook.com/8curious
編集担当：島村喜久恵

はちくりうすでのコロナ対策と皆様への要請

新型コロナウイルスが世界中に蔓延し、すでに多くの方が亡くなられています。緊急事態宣言が発令され、これ以上の蔓延を阻止すべく行動制限や外出の自粛が呼びかけられました。

はちくりうすでは、医療的ケアを必要とする基礎疾患のある方やヘルパーを利用して自立生活をされている方が複数いらっしゃいます。そのような方々に対して、何としても感染に至らないような対応をしなければなりません。

そのため原則週末のお出掛けをお断りし、外出の際も三密を避ける対応をさせていただきます。

職員も4月10日(金)より2名の当番制にし、現場の支援以外は原則在宅ワークに踏み切り、会議やミーティング等もオンライン形式に切り替えて、事業所内の除菌や手洗いうがいの励行等できる限りの感染防止策を取っております。

また、ヘルパーに対してはコロナに関連したキャンセルについて、いち早く対応し2月より休業補償も行っています。

対外的には目黒区内の居宅介護事業所へ呼びかけて、それぞれの状況を共有するためのグループメールを作成し、障害福祉課へも頻繁に連絡を取り、支援体制についての確認や要請を行っています。

そのような中で知的障害や発達障害といわれる方たちには、いまこの状況を十分に理解できず、しかし周囲の緊張感だけは伝わって不安が増幅されている方、抱えた不安の解消方法がわからず苦慮されているご本人やご家族の方もいることと思います。一見不要不急の外出でも、不安だからこそ日常のパターンを踏むことで安定を求めようとすることもあります。そして常に心掛けておかなければいけないのは、社会のストレスは常に弱者に向かうということです。そうした背景に目を向けて、ともに地域で生きるとは何かを真剣に考えていかなければなりません。

今後はこの状況が長期化する中で、これからどうやって生活をしていくのかという新たな課題が生じてきます。最大限感染予防のリスク回避をする中で、今できる支援はなにかを模索しております。

誰もが一方的に負担を追わず、みんなでなんとか知恵を絞ってこの難局を乗り越えていこうと思います。

今後ともはちくりうすをよろしく願いいたします。

5月の月例会も中止いたします。色々な相談には対応しております。

この時期不安な事もあると思います。遠慮せずにメールかお電話で声をかけてください。



第23回総会開催案内

はちくりうすの総会を下記のとおり開催いたしますのでご案内申し上げます。

先の3月14日開催の第22回総会で2020年度の活動方針、予算を決定しましたが、引き続き2019年度活動報告・決算報告・役員承認の23回総会を下記の内容でおこないます。新型コロナウイルス感染症流行のおり、総会参加のためのリスクを避けるためにインターネットによる総会参加等の対応をとりたいて考えています。

インターネットでの参加方法につきましてはご連絡をいただければ、パソコンでの参加方法、スマートフォンでの参加方法をメールにてお知らせいたします。

記、

1. 日時 2020年5月30日(土) 15:00~16:00
2. 場所 Web会議(zoom) 当日の問合せは03-5773-1937(職員に転送されます)

新型コロナウイルスの感染拡大状況から開催場所・日程が変更になる可能性があります。その場合は改めてホームページでご案内します。

おうち時間の過ごし方

ラジオ体操 と いちご大福 (渡部)

【はちくりうすも在宅ワーク導入となり、私もいつになくおうち時間が増えました。そうすると必然的に娘たちと過ごす時間が増えるわけで…しかし在宅とは言え勤務中。一緒に遊んではいられません。せめて休みの日はささやかな楽しみを！ということで、先日は『いちご大福』を作りました。実は娘たち、この休校の間に料理に目覚めまして。それを知っている方がレンジで簡単に出来るレシピを教えて下さったので、子どもでも簡単に楽しく作ることが出来ました！自分で作ると美味しさも

ひとしお〜〜\(^o^)/

そして、食べてばかりではないですよ。おうちで出来る運動で、私のイチオシは『ラジオ体操』です。実は私、夏休みには娘たちと一緒にラジオ体操に通っています。だって朝から体を動かすって、気持ち良い〜！！短時間で出来るというのもラジオ体操の魅力ではないでしょうか。それでも全力でやると体が熱くなり、息切れします。外にも出られないし運動不足だな〜という方、久しぶりでも音楽を聞くと自然と体が動いてしまうかも！？

私はラジオ体操と筋トレで体力をつけて、いつでもお出掛け出来るように備えておこうと思います！



絶賛在宅ワーク中、真野です。みなさん、お元気ですか？私は家で録りためたアニメを見たり、ヨガや筋トレをしたり、自炊したり、とことん掃除したり、あとちょっと勉強したりして過ごしています。

おうち時間が増えて改めて気付いたことがあります。…あまり部屋に色がない？白とかベージュとか、ちょっとピンクとか、偏ってるんですよ〜。なんかもっとうっす〜と華やぐような…そう！花が欲しい！部屋に花を飾ると心理的にも良い効果があるそうですよ。

そういえば学芸大学東口商店街に花屋さんの無人販売店がありました。お買い物ついでに立ち寄られてはいかがでしょう？

※不要不急の外出をすすめるものではありません。

↑このツイッターは、5000の閲覧数がありました。

色々
やってます！
&
ツイッター
(真野)

編集後
記と
ご案内

もともと引きこもり体質の我が家では、普段とあまり変わらない生活ですが、島村がほぼ在宅仕事になった事もあり、食生活が充実して、3人ともコロナ太りになっております。渡部さんと真野さんを見習って体操しなくっちゃあ〜！

さて！『インディペンデントリビング』のネット配信！

新型コロナウイルスの感染拡大によって外出を自粛せざるを得ない方たちにも映画を楽しんでいただけるようネット配信をしています。是非新しい映画の楽しみ方を試してみてください。

<https://vimeo.com/ondemand/filmil> 配信延長中 | 5/6 (水) 23時59分まで】

ストリーミングでの視聴で、スマートフォンなどでも見られるようです。72時間以内に視聴可能。

『インディペンデントリビング』で検索すると **vimeo** のサイトにアクセス出来ます。

配信料1800円の内約半額を本来の上映館に還元するという話も聞きました。お互いに頑張りましょう！というメッセージも含んでいてステキですよ。

観たいと思っていた映画なので、島村もこの後、ゆっくりと見ようと思います！