



開所日時 月・水・木・金曜日
15 時～18 時
土曜日 10 時～13 時

児童デイ

まごころ児童デイを利用しているお子さんは、ほとんどが学齢期の児童 (36 名) です。そのうち自閉症児が 63%、知的障がい児とダウン症児が 35% で残り 2% が ADHD (注意欠陥多動性障がい) の児童です。

日々のプログラムは安心して過ごせる内容にしながらも、ご家族の要望に応えられるように、それぞれに即した療育を心がけております。

しかし、10 人が集団で過ごす環境の中ではどうしてもストレスを感じてしまう児童がいます。そんな子どもたちの為に何が出来るか、どんな方法がいいのかとスタッフみんなで検討を進めております。

1 月は正月の遊びを中心に体験しました。6 年生はあと 2 ヶ月でお別れですが、毎日毎日を大切にしながら、子どもたちとすばらしい時間を一緒に過ごしていければと思います。



← 真清田神社に初詣に行きました

自分たちでこしらえた
凧が飛んだ! 飛んだ!



介護サービス情報公表調査を終えて

介護サービス情報公表制度が平成 18 年から施行され、対象事業所は毎年調査が義務付けられています。一宮まごころでも、今回で 3 回目の調査を受けました。あくまでも評価ではなく調査ではありますが、事業所として介護サービスの質を上げるために取り組むべき項目が掲げられています。例えば、体調の悪い訪問介護員の交代基準を記載したマニュアル作りや利用者の意向、満足度調査についての検討記録等様々な記録・文書が必要です。

今後とも利用者の視点に立ったケアを継続すべく、事業所の改善に取り組んでまいります。

心づれづれ



私は今を精一杯生きている

私は中学校一年生から、高校 2 年で中退して社会人となり 7 年間働いてきて、ずっといじめをうけてきました。なぜいじめをうけつづけられたのか? 上履きをトイレに捨てられたのか? 机に彫刻刀で男子から『死ね』と彫られ、女子からは学校帰り待ち伏せもされ、8 対 1 で学校の屋上で飛び降りろと言われ、連れていかれて脅かされたりしました。

私は今離婚して一人暮らしをしていますが、結婚したのもいじめから逃げたいがために結婚したようにも思います。それだけ社会人の時のいじめもひどかったからなのです。結婚してすぐ、うつ病になり、自殺未遂も何百回です。洗剤やスプレー、オーバードーズ、リストカットなど手や足には切ったあとが今も残っています。

たしかに私の人生は波乱万丈でした。だけど私はいじめをしてきた人達はその人達こそ、心が病んでいるのではないかと思います。人の心はもろく、はかなくだからこそ群れるのだと思います。人は支える字の如く、皆支えあって今を生きています。私も今、両親、ドクター、まごころさんなどたくさんの人達に支えられて今を生きて、いきぬいています。一人暮らしでも人は一人ではありません。たくさんの人にもそれに気づいてほしいと思います。

人は一人じゃない。

利用会員 小澤敬子

ミニデイだよ!



初詣

1 月 20 日、暦の上では「大寒」、風も無く午前中に真清田神社へ初詣に出かけました。

朝の挨拶につづき、「今日、真清田神社へ連れてってくださるの、お願いします!」と、いつも以上に皆さん声はずんでいました。早々に帽子、手袋と身支度をして、出発までの待ち時間にはお話がはずみます。

神社の境内は参拝者も少なく、とても静かで、皆さんいろいろな思いを込めてゆっくりと参拝することができました。

戻ってから、K さんの感想は「今日はとても嬉しかったです。近くに住んでいても一人ではお参りに来ることもできなかったので、こうして皆さんと一緒に参拝できて良かったです。」と・・・

今年もまた、皆さん息災で暮らせますようにとお祈りしました。

窓べりの むらさきしきぶ 可愛かな
O さんの作



今年も いつも笑顔で ありがとう

風邪対策～

インフルエンザが猛威をふるっています。インフルエンザはもちろん、ふつうの風邪も、うつされない、うつさないことが、予防の原点です。「風邪かな?」と思ったら、悪化させないためにも養生に努めることが大切です。

- ◆ ひき始めが肝心。早めに帰宅し、安静にしましょう
- ◆ アルコールの適量は体を温めるが飲みすぎは悪化のもと
- ◆ 保温は大事だが、無理に汗をかくと体力を消耗する
- ◆ 消化のよいものを食べて栄養補給をしましょう
- ◆ 食欲のないときは、脂っこい食事は胃腸に負担をかける
- ◆ 薬は水かぬるま湯で飲む
- ◆ 症状が軽ければ入浴はいいが、湯冷めは厳禁

風邪ウイルスに抵抗する免疫力を高めるには、好き嫌いをせず、いろいろなものをバランスよく食べることが大切です。

おすすめの栄養素はこの 3 つ・・・

- ビタミン A : 粘膜を正常に保つ
βカロチン (体内でビタミン A に変化) として緑黄野菜に多く含まれる
- ビタミン C : 免疫細胞を活性化する
野菜ではピーマン、芽キャベツ、ブロッコリー、ゴーヤなど、果物では、グアバ、レモン、柿、いちご、ネーブルオレンジ
- たんぱく質 : 体の細胞をつくる
肉だけに偏らず、魚、大豆食品、卵などからも、バランスよくとりましょう

市民が選ぶ市民活動支援制度 投票期限せまる!

二月十三日 (金) が締切りです。まだ、投票されてない方は投票しましょう。

一月十二日には市主催の公開プレゼンテーションとパネル展示がありました。

同時に開催された基調講演では市民活動を支える制度をつくる会の松原明氏がこの制度を実施している千葉県市川市 (人口四十八万) の例を紹介されました。

- ・ それによれば、
- ・ 個々の団体の市民活動が活発になり発展する。
- ・ 社会性を意識して活動するようになる。励みを感じるようになる。

一宮市もこのような効果が得られるように、多くの市民の皆さんの感心と協力が重要です。支援団体選択の届けがまだの方はぜひ投票をお願いいたします。

