

みてけさIN 51号

【編集・発行】 仙台市太白障害者福祉センター

住所：仙台市太白区長町南1丁目6-10

電話：022-308-8801 FAX：022-308-8803

Eメール office-ta@shinsyou-sendai.or.jp

在宅障害者・一般市民向け教室について紹介します！

当センターでは在宅障害者・一般市民向け事業として、さまざまな教室を開催しております。これまで、7月に「苔玉づくり体験教室」と8月に「モルック体験教室」、9、10月に「陶芸体験教室」を実施しております。今回は、7月に初めて開催した「苔玉づくり体験教室」についてお伝えします。



自分のお気に入りの植物を選んでから、周りに苔を少しずつ付けていき、糸で巻きながら苔玉を仕上げていきます。最後に形を整えて、自分だけのオリジナルの苔玉が完成です！



講師の先生やセンター職員がしっかりサポートするので、初めての方でも、障害があっても、どなたでも参加できます。



今年度はあと2回の教室を予定しております。詳細が決まり次第、案内チラシを配布しますので、ぜひご参加ください！

参加者さんの感想
「とても楽しかった！」
「結構大きい苔玉ができた！」

- ～ もくじ ～
- 1 在宅障害者・一般市民向け教室について紹介します！
 - 2 自立訓練（機能訓練・生活訓練）事業
 - 3 生活介護事業
 - 4 就労継続支援B型事業 所せんしょう庵 / 保健通信

《自立訓練（機能訓練・生活訓練）事業》

第1回太白障害者福祉センター所長杯ポッチャ大会開催しました！

ポッチャとは障害者、とりわけ脳性麻痺などにより運動能力に障害がある競技者向けに考案された障害者スポーツの一つです。白の目標球に赤い球、青い球のチームがどれだけ近づけることができるかを競います。投げ方に決まりはなく、立って投げて座って投げてかまいません。球の素材、床の状態によって球の運び方も変わってくる面白いスポーツです。



このポッチャについて片麻痺の障害を持つ方を講師に招いて教室をしてから、大会を行いました。参加したのは、機能訓練、生活訓練、機能訓練・生活訓練OB、就労継続支援B型事業所せんしょう庵の合計14名です。同じ空間にいたことはあっても普段あまり交流のない利用者様同士が「あそこに投げればよさそうだ」「そんなこと教えていいのですか」といった会話のやりとりがあったり、いいプレーが出れば笑顔で拍手が飛び交う楽しい大会になりました。予選の試合だけで26回もあり、利用者様は2つの会場を行き来する大変忙しいスケジュールでしたが、部屋が変わっても使う球が変わっても必死にプレーする皆さんのひたむきな姿が印象的でした。



開会宣言！！



賞状授与式



ふたりひと組で試合をしました



せいかつかい ごじぎょう
《生活介護事業》

とうじぎょう か ため げんざいがいしゅつかつどう じしゅく なか
当事業ではコロナ禍の為、現在外出活動を自粛しています。その中でも
りょうしゃ みな すこ きせつかん あじ ぎょうじかつどう おこな
利用者の皆さんが少しでも季節感を味わえるような行事活動を行っています。

しつない なつ
室内で夏まつりをしました♪



せいかつかいごじぎょう りょう きぼう かた くやくしょ たいはくしょうがいしゃ
生活介護事業の利用を希望される方は、区役所または太白障害者
ふくし と あ
福祉センターまでお問い合わせください

《就労支援B型事業所せんしょう庵》

★ 利用者様の一日のスケジュール ★

せんしょう庵では、就労活動を通し基本的な労働習慣等就労に向けた準備をする為の訓練を行っています。

- 9:45 出勤、朝礼、作業内容の確認、掃除
- 10:00 厨房準備、在庫・金銭の確認、簡単な事務作業、
折り紙や貼り絵等季節の掲示物の作成
- 12:00 昼食・休憩(交代制)。調理、洗い物、配膳下膳
- 14:30 食器等厨房片付け、ごみ集め、次回出勤日の確認
- 15:30 退勤



えいぎょうじかん
 営業時間 10:00~16:00
 ていきゅうび まいしゅうげつようび しゅくじつ よくじつ ねんまつ
 定休日 毎週月曜日、祝日の翌日、年末
 ねんし せんだいしたいはくしょうがいしゅふくし きゅうかんび
 年始、仙台市太白障害者福祉センター 休館日
 など かき おこな ばあい
 ※イベント等により貸し切りを行う場合がございます。

《保健通信》

朝晩だいぶ涼くなりました。体調を崩してはいませんか？
 秋は空気も澄み、秋晴れの快適な過ごしやすい印象が強いですが、実は春の季節の変わり目と同様に、気象の変化から体調を崩しやすい季節なのです。

秋に多い！不調の原因

【気温の変化】

朝晩は寒く、日中は気温が上昇し寒暖差が多い日が続くと自律神経に影響が出てきます。自律神経は気温変化が5℃以上になると、体温を一定に保つ体内機能が追いつかなくなり、体調を崩しやすい状況になります。自律神経には交感神経と副交感神経の2種類があり、この2つは相反する作用をしますので、乱れてしまうと体調に影響が出てきます。

○症状：食欲不振、下痢、便秘、疲労、立ちくらみ、肩こり、体温異常、だるいなど。



つらい時は無理をせず早めの受診を！

