

そよかせ通信

第276号

発行

2023年6月

社会福祉法人 調布市社会福祉事業団
調布市知的障害者援護施設そよかせ 施設通信
〒182-0032 調布市西町290-4
TEL 042-481-7663
FAX 042-481-7074
URL <http://www.jigyodan-chofu.com/soyokaze/>
ホームページではカラーで掲載しております。是非ご覧下さい。



葛西臨海水族園から

～移動水族館が来てくれました～

総勢40種類近くのお魚を間近で見ることができました！

色とりどりのお魚にうっとり♡

ハリセンボンの模型も見てもらいました♪

小さいサメにビックリ☆



今月のキラリ☆一番星!

今月のキラリ☆一番星は、1さんです!



バス喫茶でケーキを満喫。

陶芸作業に取り組み姿は職人顔負け。

運動班でファイト!

一生懸命作った作品と共に...

健康診断があります



(写真は昨年の様子です)

レントゲン、採血、今年も健康でいられるように健診です!

新しい職員の紹介

葉山 恵子
(はやま けいこ)

阿部 葉子
(あべ ようこ)

出身地) 東京都板橋区
趣味) 蘭の花を育てること
好きな食べ物) 焼肉
好きな場所) 気分転換に一人で美味しい物を食べに行く函館。

出身地) 東京都世田谷区
趣味) 音楽 スポーツ観戦 ゴルフ
好きな食べ物) お肉、お酒
好きな言葉) 生きてるだけでまるもうけ

そよかぜとはこんなところ

そよかぜは、知的に障がいのある18才以上の方が自宅やグループホームから平日の日中に通所し、午前には織物、陶芸等の作業、午後は運動や学習、クラブ活動などの各種の活動をして、地域で地域の社会資源を使いながら生活を送る為の通所施設です。

職員リレーコラム♪明日は明日の風が吹く?!



また、よろしく申し上げます。

佐藤 久仁子



4月から、またそよかぜでお世話になります。
2013年の3月に、そよかぜから異動して10年が経ちました。10年ぶりにそよかぜの皆さんとお会いして、まるでタイムスリップしたかのような気持ちになりました。来る前はどきどきしていましたが、あの時と変わらない光景があり、安心して4月、5月を過ごすことができました。コロナ禍で生活様式や環境が変わりましたが、皆さんそれぞれの居場所でリラックスした表情で過ごされていました。ひとつひとつ記憶をたどりつつ、皆さんに寄り添いながらできることを行っていきたいと思います。
さて、季節は春から暑い季節に移り変わろうとしています。もうすぐ、湿度が上がったり気圧や気温の変化が激しくなる、梅雨の時期がやってきます。湿度が高いと体内の水分が汗や尿として排出できずに、体内にとどまってしまう、内臓機能や自律神経の働きの低下、体の抵抗力が弱くなってしまおうと言われています。また、自律神経が乱れて副交感神経が優位となりやすく、だるさや眠気を感じてしまいます。太陽の光を浴びる・肩回りや肩甲骨を動かすようなストレッチを行い、血のめぐりをよくするようにしましょう。
季節の移り変わりを楽しみつつ、日々過ごしたいと思っています。

