



放課後  
デイサービス  
ライト

暖かかったり寒くなったりで風邪をひいた子どもたちが多くなります。集団生活をしている間は、感染が避けられない場合もありますのでお気をつけください。いろんな状況で室内の活動がメインとなりますが、週替わりで楽しめるように様々な工夫をこらします。駐車場にある壁板をはずして室内でペンキ塗り。服を汚さないかが一番気になりますが楽しそうです。釣りゲームでは個人対抗戦などで制限時間を設けて競争して楽しめます。

子どもたちが楽しんで参加できるように頑張ります。



放課後  
デイサービス  
レフト

### こんな時 どうする？



講演される出口晋氏

一宮市障害者自立支援協議会・生活支援部会でNPO法人ゆめじろう理事長の出口晋氏の講演が10月19日に尾西庁舎で開催されました。100人以上の参加者と共に自閉症の人を中心とした援助技術を勉強させて頂きました。「道を歩く」「待つ」「買う」「乗る・降りる」「トイレを利用する」「食事する」「伝える」等のあらゆる生活場面を想定して起こりうる問題の解決策を皆さんと共に考える機会になりました。

移動支援や放課後等デイサービスの活動での問題解決に役立つ様にスタッフに伝えて参りたいと思っております。(諫山)

## デイサービス通信

### ボランティア研修



10月16日から7日間、一宮市役所の職員さんがボランティア研修に訪れました。どの方も高齢者の利用者さんと真摯に和やかに対応されていました。その中の職員さんからメッセージをいただきました～

「この度は、一日、ボランティア研修でお世話になり、ありがとうございます。短い時間ではありましたが、皆様と楽しい時間を過ごすことができました。これからどんどん寒くなりますが、お身体に気をつけてお過ごしください。」  
介護保険課 五十川紫乃



トーマボールはふれあいまつりで飾りました



フリージアの球根を一緒に植える



## つぶやき

### 相撲大好き



産まれ育った町の氏神さんの秋祭りには、境内に土俵を築いて草相撲を奉納するならわしがある。子供から少年達までが土俵に上がり、力と技を競い合うのだ。私は日常的に相撲を取ったりして遊んでいたのが結構強く、三人抜き、五人抜きには良い賞品を狙って殊に頑張ったものである。この頃では女の子も参加して観客の応援も賑やかである。

幼少期から親しんでいたのが大好きで、時間の許す限り中継放送を楽しんでいる。名古屋場所が金山体育館で行われていた頃、一度観に出かけた。冷房がなく熱帯場所と酷評されたが、栃錦・初代若乃花の全盛時代で、現代力士に比べれば結構スリムだったが、多彩な技を駆使して迫力があつた。

ところで現在はどうか。先の秋場所に至っては横綱三人に大関二人に加え技師の宇良までが休場するといういたらく。このピンチを救って連日札止めの満員にしたのは、もっぱら伸び盛りの若手力士の大活躍の賜物と言っても過言ではあるまい。

しかしながら故障力士が多すぎるのは頭の痛い問題で、この最大の原因は太り過ぎだろう。稽古して筋肉を鍛えた結果としてなら大歓迎だが、必要以上に脂肪を着けたでぶっちょの体重を利用して勝とうというのは、本来の相撲から逸れてもいようし、面白味にも欠ける。それより体重を持て余して稽古も存分にできず、それがまた故障を招く事になる。

各力士が最適に減量に努め、千代の富士や貴乃花のように、あるいは日馬富士の言った「お客さんの喜ぶ相撲を取る」気骨を胸に刻んで、土俵に上がって欲しいものである。

でぶっちょ力士膝が悲鳴を上げている

澤田 清敏

## ケアマネジャーの目

### No. 6 介護支援専門員更新研修

ケアマネジャーは試験に合格した後、実務研修を受講、実務についてからも実務につかなくても、5年ごとに更新研修を受講していかなければ資格はなくなります。現在は主任介護支援専門員も更新研修が必要になりました。

今回 私は、2回目の更新研修を受講しました。5年前と比べて、内容がかなり変わっていました。幅広い知識を持ち、すばやく理解し、要点をまとめて話す力。予測し適切な判断力があり、何より気持ちに寄り添うこと。そして、これからは、それぞれの地域の強みや問題も理解し、対応していくことが求められていると実感しました。

### ～知っておきたいヘルパーの知識～

#### 「風邪の季節がやって来た！」

体が必要とする栄養素を補給すれば、抵抗力がより上がり、風邪を早く直すことができます。

- ・果物類でビタミンCを補給 (いちご・みかん・レモン等)
- ・緑黄色野菜で取れるビタミンAで抵抗力アップ (ほうれん草・小松菜・にんじん)
- ・体を温める食べ物で免疫力を高める (しょうが・ねぎ)

普段から風邪予防のためにも意識して食べておくようにしましょう。

まごころでは、職員にインフルエンザの予防接種を義務づけています。接種された方には補助金を出しています。

