

みぞくちミニ新聞

発行元
みぞくち

購読無料
毎月発行

超・リラククスタイム

5月某日（土曜日）、生活グループ午後の余暇活動は闇の中。

「ちょっと語弊がありました。実は室内を暗くし、投影機で様々な色の模様を天井に投影し、穏やかな音楽を流し、ごさを敷いてみんなで寝転ぶ。まるでプラネタリウムを見ているときの感じ。きれいな光の模様と心休まるメロデーが次第

に体と気持ちをリラックスさせていく。いつもの活発な活動もみぞくちらしい

が、たまにはみんな超リラククスタイムもどうかと実践してみた。最初ざわついてた皆さんも、次第に静かになり、中にはそのままお昼寝になつていられる方も。所長も一緒に寝転んでいたのだが仕事を忘れそうになつたので早々に

退出。

人の気持ちは周囲の環境に大きく左右される。ゆっくりゆったりとした時間も、情緒には大切なアクセント。皆さんは1日の中で気持ち安らぐ時間をお持ちだろうか？ほんの少しの間でも、こういった時間が日々の生活に心の面からゆとりをつくっていくのかなと感じる活動だった。

たまには余暇活動・就労

就労の皆さんは、毎日労働に勤しんでいる。コロナ禍で作業量は減っているものの、工夫を凝らして作業に取り組んでいる。5月29日、就労の皆さんも久しぶりの余暇活動を実施。たまの土曜日くらい、働くこと以外の潤いも必要と計画された。事業所の中での楽し

みではあるが、撮りためてきた写真や動画を大きなスクリーンに映し出し、みんなで鑑賞。「あの人がでるとなかなかの賑わい。昔の写真というほどの古いものではないが、数年前からの写真にそれぞれ思いを込めている。

午後からは生活グループの皆さんも合流して、ビンゴ大会。大した景品は用意できないが、皆さんが喜ばれるものを数日前から準備した。ちょうどこの記事を執筆中にビンゴの数字が読み上げられている。さあ、誰に何が当たるのだろうか？

みぞくち厨房移設します

5月初旬、以前から計画していた、みぞくち厨房の移設工事開始。みぞくち自慢の昼食を作っている現在の厨房施設だが、食堂に隣接していないため、何かと手間がかかっていた。そこで、食堂西側の敷地に厨房を作り直すことにした。今度度度食堂と厨房が隣り合わせとなるよう設計。調理員さんも食堂との往来の必要が無くなり多くの手間が省ける。なにより活動スペース

のすぐ近くでおいしそうな香りが漂うようになる。所長も小学校の頃、お昼近くになると教室に野菜を刻む音、何かを炒める音と、なんともおなかのすくいい香りかかっていたことを思い出す。

これが食べるということ、生きるということ、生活するということ。それら一端を利用者の皆さんにもぜひ体験してもらいたい。

「避難勧告」は廃止です

今年梅雨入りがとて早い。気象情報にも注意する季節となった。とところで皆さんご存じ

「指示」がでたら最寄りの避難場所へ行ってください。みぞくちでは、警戒レベル3の「高齢者等避難」で吉備路学園へ避難を開始することとなる。

「避難勧告」と「避難指示（緊急）」が状況に応じて使用されていたが、「避難勧告」は廃止され「避難指示」に一本化された。皆さん間違えないように「避難

雨は必要なものだが、適量が過ぎると害になる。今年の梅雨も災害にならない程度の、しっかりととした雨降りをお願い。