

「マスクシンドローム」

長引くコロナ禍の生活。

マスクの下で「気が付いたら口を開けてた」なんてことはありませんか？

マスクをして口を開けた「口呼吸」は、頭がボーッとしたり、口の中が乾燥してウイルスが侵入しやすくなってしまふなど様々なリスクがあります。

そんな時に大事なものは「鼻呼吸」。

本来、人間は鼻で呼吸をする「鼻呼吸」が基本ですが、長くマスクをしていると、ついつい楽な「口呼吸」に変わってしまいがちです。

そこで、楽に「鼻呼吸」ができる方法があります。

それは口元を上にも上げるだけで簡単に鼻呼吸ができる“笑顔呼吸”。

そしてその為に意識して欲しいのは「笑顔」です。

ポイントは口角を上げて笑顔をつくること。

口角を上げると鼻の穴が左右に広がるので空気を取り込みやすくなります。

“笑顔呼吸”は鼻呼吸が楽になるだけでなく、顔の表情も優しくなります。

皆様も是非「口角を上げる笑顔呼吸」やってみてください。（松下記）



お中元カタログ

お中元の季節がやってきました

今年もお中元のカタログ販売をおこないます。カタログが出来次第配布いたします。

ワイン販売



障がいのある人たちが働く施設で生産されています

ご好評いただいております、ココファーム・ワイナリーのワインの通信販売を請け負っております。九州・沖縄サミットの晩餐会や洞爺湖サミットの総理夫人夕食会にも使われたワインです。

農民ロッソ・・・・・・・・・・2,020 円

こころぜ・・・・・・・・・・1,820 円

Ashicoco・・・・・・・・・・1,820 円



OH!YATTA!!

オー! ヤッター!!



発行 足立区大谷田就労支援センター・足立区大谷田ホーム 発行責任者 桑原 祐生
〒120-0001 東京都足立区大谷田 1-44-3 TEL 03-3605-6762 FAX 03-3605-7037 URL <http://www.ooyata.com>

令和3年5月28日発行

施設長 桑原 祐生

新年度ごあいさつ



4月より足立区大谷田障がい福祉施設の施設長を拝命致しました桑原祐生と申します。よろしくお願い致します。

平素はご利用者の皆様をはじめ、ご家族、関係機関、地域の皆様等、多くの方々に温かいお力添えを賜り心より感謝と御礼を申し上げます。

足立区大谷田就労支援センターは利用者の方の働く場として、ホームページの作成、名刺や広報誌の印刷、部品の組み立て、検品、地域に出て洗濯作業や清掃作業など様々な作業に取り組んでおります。新型コロナウイルス感染症の影響も受け、順風満帆とはいきませんが企業の皆様のご理解、ご協力を頂きながら作業を行うことができております。

足立区大谷田ホームも利用者の方の暮らしを支える事業として、日中通所先の事業所、ヘルパー事業所の皆様のお力をお借りしながら利用者お一人おひとりが目指す生活の実現に向けて取り組んでおります。

どちらの事業もご利用者の皆様をはじめ、ご家族、関係機関、地域の皆様のご協力があるからこそ運営できる事業です。足立区大谷田障がい福祉施設が皆様と共に発展、成長できるよう、精一杯の努力をして参ります。

今後ともどうぞよろしくお願い致します。（桑原記）



バリアフリー体験



新緑が目には鮮やかなすがすがしい季節になりました。

毎年この時期になると、大谷田就労センターには近隣の高校からバリアフリー体験授業を受講しに高校生が来所します。

前年度から、新型コロナウイルス感染症の影響もあり、検温・マスク・飛沫防止パネルの設置、時間の短縮化など、感染防止対策を行いながら体験の中で学生の方たちの心に残るような授業内容を意識して行っています。

本年度最初の授業では、バリアフリーについて学習しました。実際に白杖とアイマスクを使って歩いていただくなど、テキストを読むだけでなく、実際に自分で動いて体感してもらえる授業を行いました。

また、様々な作業に携わっている利用者の方や、趣味を追求している利用者の方にも授業に参加いただき、ご自身の経験や思いについてお話しいただいています。

その中で、清掃作業に参加している利用者の方が「掃除をしている時に『ありがとう』とお客様に言われることで、前向きな気持ちになって頑張ることができ、その言葉に日々支えられています。」とお話しされており、とても印象的でした。

授業での交流を通して関わることで、私たちも元気を頂いています。この交流授業が利用者の方、学生の方お互いにとって実りのあるものとなるよう、継続して取り組んでいきたいと思ひます。（坂本記）

新職員紹介



主任
畠山 溪一さん

旧職場又は業界：竹の塚あかしあの杜にて、入所支援・短期入所事業に携わっておりました。

好きな事：身体を鍛えることと、ベースを演奏することが好きです。

好きな食べ物：たくさんあるのですが、やはりお肉が一番好きです。

皆さんへメッセージ：これまで、入所支援、短期入所、生活介護での支援を経験してきました。

就労支援は初めての経験ということで不慣れな点もありますが、1日でも早く皆様のお役に立てるよう努力してまいりますので、ご指導の程、宜しくお願いいたします。



支援員
高橋 すずこさん

旧職場又は業界：製造業

好きな事：箱根駅伝鑑賞（特に往路5区山登り）

好きな食べ物：焼肉（ねぎ塩カルビ）

皆さんへメッセージ：4月1日から皆様とご一緒にお仕事させていただくことになりました高橋です。

明るく、元気に、笑顔を大切に頑張っていきます。

まだまだ不慣れな部分がたくさんありますが、1日でも早く仕事を覚え頼りになれる存在になれるよう努力したいと思います。よろしくお祈りいたします。

あいのわ福祉会のSNSはこちら！

あいのわの今を発信します

Follow Me!!
フォローしてね



Instagram



twitter



#あいのわ福祉会 で検索

施設運営報告

学生実習受け入れ

4月26日～5月17日 文教大学 2名

5月17日～6月1日 文教大学 2名

内部研修

5月 てんかんについて知ろう