

光友会
＊

四季だより

ホームページ <http://www.lfa.jp>

第77号

発行 社会福祉法人光友会
責任者 五十嵐紀子
編集 藤沢障がい者生活支援センター
〒252-0804藤沢市湘南台1丁目8番地 湘南台文化センター2階
TEL 0466-54-9020 FAX 0466-54-9021

心のバリアフリー

～障がいのある人の暮らし～②

目が不自由な人の生活について聞いてみました



外出の時に困ることはどんなことですか？



視覚障がい者用誘導ブロック（点字ブロック）の上に自転車や看板が置いてあると、ぶつかって怪我をしたり先に進めなくて困ります。



他にも音声案内がない交差点を渡る時や、バスの乗り場や行き先がわからぬことがあります。



なるほど。バスは同じバス停にいろいろな行先のバスがきますからね。
他にも困ることはありますか？

一人で買い物に行くと商品選びやレジに並ぶことは難しいです。レジに限らず列に並ぶと進み具合がわからないので、声をかけてもらえると助かります。



何気ない日常のことでも、目が不自由だと危険なことや不便なことが多いですね。困っている時にどんなふうに声をかけたら良いですか？

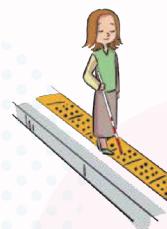


「何かお困りですか？」
「何かお手伝いしましょうか？」
などと声をかけてもらえると安心します。



自販機で飲み物を買うときは冒険・・・何が出てくるかドキドキです。

駅のホームから誤って転落してしまう危険があります。ホームドアの設置が進められています。



視覚障がいの方に **生活の道具** を聞いてみました

視覚障がいの方の日常生活を助ける道具にも
いろいろなものがあります。その一例をご紹介します。



音声腕時計

本体正面のボタンを押すと現在時刻を音声で知らせます。また、時報、アラームの設定も音声で確認しながらでき、ストップウォッチの機能もついています。最近では時刻の確認をおこなう場合は、携帯電話・スマートフォンの音声ガイドで確認する方が増えています。



計量ポットさじかけん

本体を傾け、側面の凹部を押さえることによりワンプッシュで約10ccと15cc出る計量ポットです。



かんたん さいん 紙幣が見分けられる！簡単サインガイド



サインと捺印のためのガイド枠が付いた紙幣見分け板です。一万円札サイズで、千円札と五千円札も長さで見分けられます。

コインホームケース

長方形のプレートの両サイドに3か所ずつ丸いくぼみがあるコンパクトサイズのコインケースです。このくぼみに6種の硬貨を分けて収納できます。



黒いまな板

黒いまな板の上に白い食材をのせると、コントラストがはっきりし手元がよく見え安心して使用できます。黒いしゃもじもあります。



他にも・・・

体温計や血圧計、体重計など測定が完了すると音声で結果を知ってくれるものがあります。

福祉の仕事



福祉の魅力

私が福祉職へ転職したいと意向を示した時、「介護職？障がいの方？お仕事大変そう」と多くの方がその様に言いました。そもそも、大変じゃない仕事なんてあるのでしょうか？

大変感じる中にも、些細な出来事やちょっとしたお手伝いにも「ありがとう」と感謝して頂いたり、「明日来る？」「気を付けてね」と声をかけて目で合図や、手を振って頂いたりすると、温かい気持ちを感じこの仕事をして良かったと実感します。

私の勤めているグループホームは、「我が家にいるように気楽で安心してくつろげ温かい雰囲気の場であるように」のスローガンの下、利用者の方々と職員が日々より良い関係を築ける様向き合い、寄り添い、携わっています。

私の人生の中でそのような出会いがあり、グループホームの一員になれたことをとても幸せに感じています。

福祉の仕事は、日常の中にも新たな発見があり、利用者の方々から沢山の事を学び、人として成長が出来る魅力的な仕事だと思います。

「大変そう」＝「充実している」と感じられる仕事だと思います。

湘南あっとほーむ・ひだまり 職員



湘南あっとほーむ・ひだまり外観



※グループホームとは

共同生活を行う住居で、相談、入浴、排泄、食事の介護、その他日常生活上の援助を行います。

ナースからの健康アドバイス

元気が一番！

新型コロナウイルス予防策



今年は新型コロナウイルスの影響で人々の生活は「新しい生活様式」に様変わりし不安や戸惑いなどを感じられている方が多くいらっしゃると思います。いつ収束するのかわからない状況ですが、他のウイルスと同じように共存しながら自分自身や周囲の方を感染から守る様に気をつけていきましょう。

インフルエンザとの違い

	インフルエンザ	新型コロナウイルス
感染経路	ウイルスを含む飛沫	ウイルスを含む飛沫 接触感染
感染する可能性 がある期間	発症前日から 発症後3～7日間程度	発症2日前から 発症後7～10日間程度
潜伏期間	1～3日程度	1～14日程度
重症化リスク因子	65歳以上の高齢者、 2歳未満の小児、など	65歳以上の高齢者、基礎疾患（肥満、 高血圧、慢性呼吸器疾患、心疾患、 糖尿病、慢性腎不全）、がん、など
消毒薬	〈手指〉60%以上エタノール 〈ドアノブや手すり等〉 0.05%次亜塩素酸ナトリウム 次亜塩素酸水	〈手指〉70%以上エタノール 〈ドアノブや手すり等〉 0.05%次亜塩素酸ナトリウム 次亜塩素酸水
	現在、「消毒」や「除菌」の効果をうたう様々な製品が出回っていますが、目的にあった製品を、正しく選び、正しい方法で使用しましょう。	

対策



- ①手洗い、手指衛生の徹底…液体石鹼を約2～3ml手に取り、よく泡立てながら、爪、指の間、親指、手首を意識してしっかりと60秒間もみ洗いし、さらに15秒間流水で流します。消毒用エタノールなどを3ml手に取り、手洗いと同様に、爪、指の間、親指、手首にしっかりと擦りこみます。
- ②マスク着用、咳エチケット…マスクで鼻、口、あごをしっかりと覆います。マスクを顎だけにかけたり、鼻の頭が見えていたり、マスクのひもを肘にかけたりするのは感染を広げる原因にもなります。咳やくしゃみをする時は腕で口と鼻を覆ったりティッシュで覆った後はすぐに捨てましょう。
- ③3密（密閉、密集、密接）を避け、常時換気を行うのが理想です。他の人とは互いに手を伸ばして届かない十分な距離（2m以上）を取りましょう。