

自由空間通信
2013年
3月号



あれこれそれ

発行 自由空間
いわき市植田町中央 3-7-6
TEL 0246-84-7214
FAX 0246-84-7215
jiyukuukan@el-faro.or.jp
http://www.el-faro.or.jp

わが家のお弁当紹介



五目ちらし寿司、
鶏肉の唐揚げ、イチゴ

3/1

の等身大
パネルを
用意して
記念撮影
を行い、皆
で行事を
楽しんで
いました。



当日は、
お内裏様
とお雛様
が、皆が思
い思いの
雛人形を
作製しま
した。

1日に桃
の節句の行
事を行いました。
当日
に向けて、
1週間とい
う限られた
時間でした

ひなまつり



石井さん・志賀
さん、近藤さん
寄贈の拡声器
と懐中電灯

に繋がる大事なことであると思
えます。そして先日14時頃、地
震発生(震度3)。なかまはスタ
ッフが準備した防災頭巾を積極
的に被り、地震にうろたえるこ
となくむしろ被れたことを嬉し
そうに報告してくれました。大
きな成果だと思えます。



グラマとせたら

防災頭巾!

18日に地震を想定した訓練
を行いました。3・11のような
大きな揺れになってからでは何
もできないことを私たちは体験
しました。この経験から、揺れ
を感じたら①すぐ防災頭巾を被
る②動かない(テーブルの下に
潜れる人は潜る)ことを身に付
けることが自分の身を守ること



今後、毎月11日頃に防災訓
練を行い、安心・安全を心掛け
て参ります。

在職中は、御家族、なかま、
スタッフの皆様方には大変お世
話になりありがとうございます
。なかまから笑顔とパワーを
頂き、時には助けられ支えられ、
楽しくお仕事をすることができ
てとても幸福でした。感謝の気
持ちでいっぱいです。

まいりました。平成20年11月1日
から週2回の勤務ではございま
したが、この年度年退職を迎え
る事になりました。

花粉症対策を
今年のスギ花粉前線予測によ
ると、去年の7倍で東北地方は
5月頃まで続きます。他にカモ
ガヤ、ブタクサなどがあります。
スギの花粉は風に乗る数十キロ
から数百キロも飛ぶそうです。
【花粉症予防の基本的な対策】
・洗濯物は屋内に干す
・衣類はポリエステルや綿製品
で起毛のないものを着用
・掃除はぬれ雑巾やモップで
・換気時、窓は10cm程度のみ開
け、レースのカーテンで遮る

看護師さんの健康講座



御活躍をお祈り申し上げます。
看護師 志賀道子

お別れする事になり
ました。長い年月、皆さん
と一緒に、沢山の優しさや
励まし、思いやりに守られ過
ごしてきました。なかまの皆さ
んとの毎日はとても楽しい時
間でした。真剣で、純粹で、真
っ直ぐな心にいつも感動させ
られました。人間の力は偉大で
す。いつも温かい目線で見守る
スタッフに囲まれ、なかまの皆
さんは幸せです。これからも自
由空間に来てください。信頼に
応えスタッフも充実していま
す。なかまの皆さんの健康でい
きいきとした姿をいつも応援
しています。

桜の季節に
生活支援員 近藤 明奈

なかま達との思い出溢れる自
由空間の建物は、私の父がまだ
若く駆け出しの頃に携わってい
たことを最近知り、深い縁を感
じました。社会へ出たばかりの
私を温かく迎え、多くのことを
学ばせてくださったことに感謝
の気持ちでいっぱいです。
縁あって出会えた皆さんとの
絆を大切に、今後もつながって
いきたいです。この4年間、あ
りがとうございました。



支援員 石井 世都子

