

自由空間通信  
2013年  
2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



ヤコブさんのピアノ & 付き添いの五味さんのフルート演奏



ヤコブさんからいただいたCD



お土産にいただいた幸せを運ぶてんとう虫チョコ  
売上の一部はガーナの子供たちの教育支援活動に使われているそうです

3年前に法人創立10周年を記念して開催、昨年度はあいにくの震災の為見送りととなり、今回が2回目の開催となりました。今後も、発達障害者支援をテーマとした講演会を毎年継続していきたいので、是非ご参加ください。

16日、横浜市中部地域療育センター所長で医学博士の原仁先生を迎え、小名浜オーシャンホテル&ゴルフクラブにて講演会を開催、80名あまりが聴講しました。「知的障害のある自閉症者への医療的支援ーてんかん合併と薬物治療を中心にー」と題し、自閉症者のもつ行動障害や情緒障害等に対する薬物治療、また治療時の合併症への対応について等のお話をいただきました。



## 公開講演会開催

## ヤコブさん素敵な時間をありがとう

ヤコブさんと一緒にラテンパーカッション♪

ピアノ演奏やなままとのジャムセッションで皆を楽しませて下さいました。また、フルートやギターなど普段聴く機会のない音楽と音色に多くのスタッフとなかまが聞き入っていました。とても貴重な時間でした。

19日、ちやぼ先生のご友人の音楽家、ヤコブさんが自由空間を訪問。ご自身も視覚障害があるとのことです。自由空間にご好意を寄せていただき、度々、お菓子や色紙、ヤコブさんの演奏等を収録したCDを贈っていただいております。多くのなかまがこの日を心待ちにしていました。

風邪の予防について  
風邪やインフルエンザは予防が大切です。規則正しい生活を、普段から免疫力を高めておきましょう。もし風邪をひいてしまったら：  
① 安静にして休む  
② しつかりと栄養を摂る  
③ 室内を適度な湿度に保つ  
湿度70%、温度21~24℃  
④ 外出は控える  
※急な高熱や、関節等全身の痛みが出た時はインフルエンザの疑いあり。すぐに受診しましょう。

## 看護師さんの健康講座



カステラを入れて♪

おいしそう!!

チョコレートソースとチップをにかけてできあがり♪

生クリームを絞って♪

フルーツを入れて♪

今年手作りチョコパフェに挑戦!! カウンターに並んだ材料を順番にカップに入れていき、出来上がったオリジナルのパフェは、昼食後にいただきました。手作りのパフェは美味しいね♪と、たくさん笑顔が見られました。

スタッフより  
早いもので3月となります。この寒さも後少しかと思うと、頑張れますね。春が待ち遠しくて、わくわくする今日この頃です。何か新しいことに挑戦したくなる、そんな季節でもあります。なかまの皆さんと色々挑戦して楽しんでいきたいと思えます。病は気からということもあり、風邪やインフルエンザを吹き飛ばすくらいハイテンションで楽しく過ごしていきたいましよう。  
生活支援員 佐藤 広隆



## わが家のお弁当紹介

八宝菜、ほうれん草のナムル、厚揚げのみぞれ煮、しらす炒め、ご飯

2/4