

ヒールアップハウス便り

2021年2月号

～基本的な感染対策を徹底しましょう！～

2度目の緊急事態宣言を受けて法人としては「基本的な感染対策を徹底してなるべく通常の運営を行う」ということを基本方針とします。

1 手洗い、うがい、消毒について

- ・通所時、トイレ利用時、休憩時間には手洗いうがいを行ってください。
- ・休憩時間の換気、掃除の際に次亜塩素酸消毒で清掃を行いましょう。

2 作業時間

- ・となりの人との間隔をあけて作業しましょう。飛沫が飛ぶような大きな声で話すのはやめましょう
- ・なるべく作業時間に合わせて通所してください。

3 休憩時間

- ・間隔をあけて座りましょう。
- ・休憩時間もマスクを着用してください。
- ・静かに煙草を吸いましょう。

4 昼食時

- ・飲食の前は必ず手洗いうがいをしましょう。
- ・間隔をあけて座りましょう。また、対面にならないように注意しましょう。
- ・マスクを外す食事時の会話はやめましょう。どうしても話す際はマスクを着用してから会話をしましょう。

5 健康管理

- ・健康観察カードへの記入を毎日、お願いします。
- 休みの日も熱があった時には通所する前に連絡ください。
- ・風邪症状、下痢、体調不良など、いつもと違う症状がある場合は、通所する前に連絡をください。同居されている方が体調不良の場合も連絡をください。

通所が不安な方は在宅支援として体調面や精神面での電話相談を随時行います。希望される方はスタッフまでご連絡ください。

【晴れ晴れからのお知らせ】

◎2月2日（火）から2月14日（日）まで川口そごうに出店します。地下1階にて、クッキーやチョコレートなどを販売します。チョコレートはベトナム産カカオ豆を焙煎し、一つ一つ皮をむきコンチングマシンでチョコレートにしました。晴れ晴れでも販売します(^▽^)/。



月	火	水	木	金	土	日
1 自主活動	2 内職	3 自主活動	4	5 自主活動	6 自主活動	7
8 AM WRAP PM 自主活動	9 内職	10 自主活動	11	12 自主活動	13 自主活動	14
15 AM 映画会 PM 自主活動	16 内職	17 自主活動	18	19 自主活動	20 AM MOMK PM 自主活動	21
22 自主活動	23	24 AM 自主活動 PM フットサル	25	26 AM のびのびニュースーパー PM 自主活動	27 AM リカバリーについて PM 自主活動	28

〈 プログラムの詳細 〉

- ・ **映画会**：今月は『インサイド・ヘッド』の予定です。
- ・ **MOMK**：『身近なお悩みをみんなで考える会』です。MOMK は会の名前を参考に所長が作成しました。生活STを下地にしています。気軽にご参加ください。
- ・ **WRAP**：日本では元気回復行動プランと和訳されている、精神障害当事者の統計からできたセルフケアプログラムです。物見遊山も歓迎します。
- ・ **リカバリー**：リカバリーについてのんびり考えながら過ごします。

※自主活動を多めに設定しました。とくに自主活動のときにやりたいことがあれば遠慮なくおっしゃって下さい。できる限り対応したいと考えています。

▶緊急事態宣言が発出されたのでマスク着用が必須であることを再度確認していただくようお願いします。パーテーションは用意しましたが、呼吸からの感染リスクが高いので**飲食中の会話は控えてください。話さなければならないときはその都度マスクの着用を忘れないようにしましょう。**食事は1階と2階を両方使い、ソーシャルディスタンス確保の徹底を図ります。さらに**プログラムの最初と終わりには手洗いとアルコール消毒を忘れずに。**神経質すぎると感じる方もおられるかもしれませんが、ご理解のほどよろしくお願ひ致します。

【にちにちからのお知らせ】

◎緊急事態宣言が発令された事を機会にマスクのつけ方、通所時、昼休憩前、作業前の手洗いうがいの仕方を見直しました。各グループに分かれ手洗い場で職員と行いました。



この機会に気づいた事を通所時だけでなくご自宅でも取り入れ実行して頂くようお願いします。

◎飛沫防止のパーテーションの組み立て、取付を皆で分担して行いました。10個あったパーテーションがあっという間に完成しました。パーテーションのある環境に違和感を感じつつも少しずつですが慣れもしている今日この頃です。

