



就労継続支援B型事業所ハーモニー



ハーモニーホームページ
<https://www.kokoro.or.jp/harmony/>



〒355-0811
 埼玉県比企郡滑川町大字羽尾 496 番地 5
 TEL 0493-56-4875/FAX 0493-56-4877

グループミーティング開催

8月15日は施設外作業先の企業様がお盆でお休みだった為、ハーモニーに全員が集まる機会となり、意見交換と交流を目的に、グループミーティングをおこないました。それぞれのグループで様々な話や意見が出ましたので一部ではありますがご紹介いたします。

【たたみ作業で気を付けている事】

- ・ゆっくりでも綺麗にたたむように心がけている
 - ・シワをよく伸ばすように気を付けている ・数を間違えないようにしっかり数える
 - ・一番表になるオムツは特に綺麗なものを選んでいる
- 65と書いてあるオムツは、シワが少ない事が多いのでそれを最初と最後に入れると綺麗にできる
- など普段気を付けている事や、オムツたたみのコツなどが出ました。
 「私もそうしている」「私も次から、そうしてみる」などの話しも出ました。



【施設外作業でのグループ作業について】

- ・作業分担が覚えられず、次に何をすれば良いか分からなくなる
- ・他の人のフォローに入るタイミングが難しい
- ・その都度声をかけていく事が大切だと思う

グループで作業する際は人それぞれスピードが違う為、その都度声をかけてコミュニケーションを取りながら作業をする事が大切だと皆で考える事が出来ました。



【健康に関して】

- ・朝起きるのが苦手 なかなか眠れない事がある
毎日決まった時間に寝るようにしている
処方されている薬をしっかり飲む それでもだめなら主治医に相談する
 - ・中性脂肪が気になる
毎日決まった時間に決まった距離を散歩している
サラダを食べる時に塩にしたら血液検査の数値が変わった
甘いジュースを控えて1日3本を2本に減らす。あるいはお茶に切り替える。
- どのグループでも睡眠に悩みを抱えているようでした。それぞれが実践している事や経験談を話し、アイデアを出し合っていました。
- 中性脂肪に関しては一つのグループで話題になりました。平均年齢が45歳のハーモニーらしい話題ですね。生活習慣病に気を付けて行きましょう。



芸術の秋

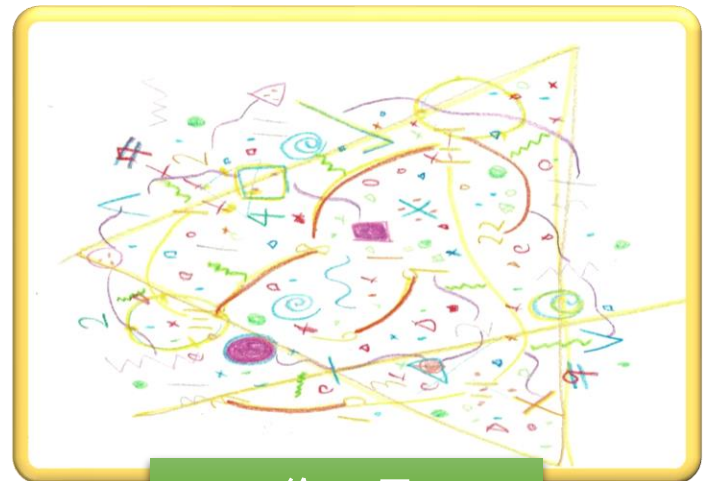
芸術の秋にちなんでハーモニーの利用者さんに作品をご紹介します

栗食えず
秋もすぎゆく
おもかげに

さるすべり
暑さやわらぎ
秋が来る

残暑越し
人の情けの
ハーモニー

俳句



絵画

ハーモニーでは利用者を募集しています！

随時見学・体験利用も行っていますので、お気軽にお問い合わせください。

◇活動日・活動時間◇ 月～金曜日（祝日、年末年始を除く）9：00～16：00

お問合せ：0493-56-4875

『編集後記』 熱中症警戒アラートが多発し、これまでの常識が通じない、極端な天気が増えて来た事を実感する夏でした。気温が乱高下する今日この頃、皆さん体調管理にはくれぐれもお気をつけください。

宮島ひろみ