



社会福祉法人新潟しなの福祉会

地域生活支援センター「ふらっと」

〒951-8142

新潟市中央区関屋大川前1丁目2番28号

TEL 025(265)5958 FAX 025(265)5948

相談専用 TEL 025(265)5957

E-Mail : furatto@chive.ocn.ne.jp

URL: <http://www.shinano-niigata.sakura.ne.jp/>

## ● ● ● 4月 ふらっと予定 ● ● ●

☆毎月第1土曜開催 ●茶話会・・・	感染症対策のため、 <b>お休み</b> とさせていただきます。
☆毎月第3土曜日開催 ●昼食会・・・	感染症対策のため、 <b>お休み</b> とさせていただきます。
☆偶数月第4土曜日 ●延長開館・・・	感染症対策のため、 <b>延長開館、夕食会はお休み</b> とさせていただきます。

## 来所に際してのお願い

寒さも緩み始め、過ごしやすい季節になってきましたね。ふらっとから見える信濃川の景色も、どんどん春らしくなってきました。

さて、御存知のとおり、新型コロナウイルスの流行が広がっております。ふらっとでも感染症予防に備え、来所の際は、皆様に以下のお願いをさせていただいております。

- 1、ふらっとを利用される前に、可能な限り自宅で体温の測定をお願いします。  
(37.5度程度の発熱がある、風邪気味などの場合は、自宅で静養するなどの対応をお願いします)
- 2、体温計がない場合、もう一度測りたい場合などは、お気軽にスタッフへお声がけください。
- 3、利用中に体調が悪くなった時は、早めにスタッフへお知らせください。

また、4月は例年お花見会を開催していましたが、4月の行事のお花見会、茶話会、昼食会、延長開館、夕食会については中止とさせていただきます。楽しみにして下さっていた方には大変申し訳ありませんが、ご理解のほど、よろしくお願いいたします。

なお、ふらっとは通常通り開所しておりますので、いつでもお立ち寄りください。お待ちしております。

どうしたらいいの？  
感染症対策

新型コロナウイルスを含む、感染症の予防は「手洗い」と「咳エチケット」が基本です。帰宅時や食事の前など、石鹸やアルコール消毒液によるこまめに手を洗う、くしゃみや咳が出るときはティッシュなどで鼻と口を覆う、必要に応じてマスクを正しく使うなどの咳エチケットを心掛けましょう。



## 避難訓練

去る2月28日に津波を想定した避難訓練を実施しました。訓練では、迅速に集まり安全に避難しようと動く姿や緊張した面持ちから真剣さが伝わってきました。

さて、下の写真でスタッフが背負っている『防災リュック』皆さんは準備していますか？避難用の道具を事前に準備し、いざという時に持って避難するものです。買わなくても自宅の余っているカバンに準備しておけば安心です。中身の一例をご紹介します。自分の身を守るため、皆さんも準備してみませんか？



### 防災リュック

- 軍手  ラジオ  タオル  ラップ  懐中電灯  ポリ袋
- 貴重品  非常食  ナイフ  飲料水  ライター・マッチ
- お金  ガムテープ  ウェットティッシュ  簡易救急箱など…

## ひなまつり

3月3日は恒例のひな祭り♪今年もふらっとのお雛様はほんわかと優しいお顔で談話室を見守ってくれていました。



## ふらっとのパッチワーク

最近のふらっとでは年々新しい商品に挑戦しています。改めて商品の一部をご紹介します！



### ポーチ

お菓子や化粧品などちょっとしたものを入れるのにオススメ！



### 通帳ケース

3段ポケットでお薬手帳も入るサイズです



### 手作りマスク

カーゼで作っているので手洗いで繰り返し使えます♪

今は様々な手作りする人も増えているために、ふらっとも皆さんからの新しい情報がとってもありがたいです。「今はこれが流行っているみたい！」「こういうのがあったら買いたいな」などなど…色々なご意見をお待ちしております。



## 春の訪れ

三寒四温も一段落したのでしょうか、暖かい日が増えてきましたね。あっという間にもう4月です。私は、最近のコロナの影響なのか季節感が薄れてしまっていたようで、先日スーパーの野菜売り場にタケノコや新タマネギが並び始めているのを見つけて「もうそんな季節!？」とびっくりしてしまいました。

先日、食育に関する記事を読む機会があり「旬の食材は、味がおいしくなるだけでなく、含まれる栄養素も増えていて、季節ごとに変化する身体のリズムを整えてくれる働きもある」ということを知りました。「食育」という言葉が聞かれるようになり久しいですが、食べることは生涯にわたって続くことなので、子供も大人も楽しく「食べる力」を身に付けていけたらよいですね。

ふらっとで年4回開催している「面白ろクッキング」でも、旬の食材や季節の行事などを意識した、簡単なメニューを取り入れています。興味がある方は、ぜひお気軽にスタッフに聞いてみてください。食べるのが大好きなスタッフ陣が、喜んでお伝えさせていただきます！笑

いけだ

