

QSK

なんくるないさ〜



クイズ
スイカの種は
全部でいくつ
でしょう？

No. 178

那覇市地域生活支援センターなんくる「コロナのある生活」



緊急事態宣言が解除され、県外への移動も解除され始めました。レンタカーを目にする機会も増え始めていますね。みなさんの生活はいかがですか？ これまでと変わらないこと、変わったこと、よく分からないこと、不安はつきませんね。

さて、6月1日(月)から「いこいの場」が段階的に再開しました。6月19日(金)現在の利用者数は1日平均で約2.5名です。滞在時間は1分~2時間と幅がありますが、だいたい30分くらいで用事を終えて皆さん退館されています。また、電話や訪問による安否・健康確認も1日平均で約5.5名におこなっています。

来所される方の中には、マスクを拒否する方、中に入らず職員と施設外でお話を希望される方も半数程度いらっしゃいます。どうすれば、安心して利用し合えるでしょうか。

コロナのある生活とは・・・

過ごす場所・環境

感染症予防対策を確認し、**私自身**が安心・安全に責任をもって判断し、利用する。

例) スーパー、カフェ、図書館
など

+

私(自分自身)

感染症予防対策をしている。

- ・規則正しい生活
- ・検温
- ・石けんでしっかり手洗い
- ・密を避けた行動

など

「誰かが整えてくれた中で、自分は何もしないでもいい」ではなく、「自分もこうする、そして自分が安心して過ごす場所はこうあって欲しい」と意識し合いましょう。

誰もが安心して利用できる「いこいの場」を引き続き、皆さんと一緒に模索していきます。7月は予行演習(テスト)をおこなう予定です。利用者の皆さんに協力していただき、実際の場面を想定した予行演習(テスト)を重ね、課題の洗い出しと解決を考えます。そして、8月になったら段階的にプログラムを始めていきたいと計画しています。

ただし、2次感染が起これると計画通りには進みません。ご理解とご協力をお願いします。



◆ フリースペース開所時間：平日 10時~12時(予約不要)

◆ 土日祝日は閉館

◆ 面談・相談・同行支援：平日 14時~16時(完全予約制で個別対応)

大切なこと・お願い

「いこいの場の様子」と「利用にあたっての注意点」

◇マスクは量販店などで販売を再開しています。必ず事前に購入し、来所してください。

◇開所時間は 10時です。それ以前の来所はご遠慮ください。

◆必ず次のことを読んで読んでから、来所してください。 ご協力をお願いいたします。

(1) 自宅で

●体温を測定しましょう。

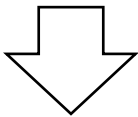
発熱(37.0度以上)や咳が出る、のどが痛い、鼻水が出るなどの風邪症状がある場合は、なんくるには来ず、自宅で静養して下さい。

●前夜または当日に入浴し、洗髪・洗身をおこない、清潔にして下さい。

●寝巻ではなく、洗濯した服に着替えて下さい。職場の制服も着替えて来て下さい。

●身支度を整えて(洗顔、歯磨き、ひげそりなど)下さい。

●マスクの準備をして下さい。



発熱なし、風邪症状なし! 清潔!

(2) 入口から入る前に

●持参したマスクを正しくつけます。

▼外の手洗い場で正しい手洗いをします。

職員と一緒に手洗いをします。

しっかり水分も拭き取ります。



▼手指のアルコール消毒をします。



●体温の測定と記録をします。

発熱(体温37.0度以上)などの症状がある場合はご利用できません。

●日常の様子をお伺いします。

①利用者または同居家族が県外へ出た場合

②県外からの来訪者と濃厚接触があった場合

③遊戯施設や居酒屋等の**感染リスクが高い環境で過ごした場合**

などの場合は、2週間程度の自宅待機にて健康観察をしたのち、感染の恐れがないことを確認した上で来所して下さい。

(3) 利用中は

- 荷物は最小限にし、ビニール袋に入れてからロッカーを利用します。
- マスクを常に正しくつけます。
- 長時間の滞在を控えて下さい。短時間で用事を済ませましょう。
- 「密」な状態にならないように注意しましょう。利用人数が多く、「密」になる場合は外で待機していただくこともあります。ご協力をお願いします。
- 運動や食事は控えて下さい。

大きなテーブルはありません。
個人用テーブルを利用して頂きます。
お隣の方とは2mほど距離をとっています。



▼パソコンコーナー

パソコンは2台です。
新聞の電子版も閲覧できます。
利用時間について

1回30分⇒10分休憩
⇒空いていたら2回目30分…
を基本にしています。



■見学や新規利用をご希望される方へ

見学や新規利用を希望される方の相談を再開しました。
しかし、縮小した規模での運営と感染予防対策のため、予約のない来所には対応できかねます。必ず事前に電話にて予約をし、お越し下さい。なお、ご希望の内容によっては、他の施設やサービスを提案させていただく場合もございます。
なんくるの感染防止策をご理解の上、ご協力をお願いいたします。

■関係機関の方へ

「いこいの場」事業は引き続き、時短で開所です。利用者の皆さんは、感染防止のため、通常と異なる生活を送り、混乱され、生活のリズムを崩している方が少なくありません。再開後も個々のケースに合わせ、電話や訪問等による健康確認や安否確認を実施しています。行政、医療機関、特定相談支援事業所等との情報共有をはじめとする連携を実施して参りますので、引き続き、ご理解とご協力の程よろしくお願い申し上げます。

■相談業務 ⇒ 通常どおりです。

平日 9時30分～17時 必ず、事前に電話で予約して来所して下さい。

※なお、感染拡大防止の対策を踏まえた上で、対面での面談、訪問、同行を行いますので、よろしくお願いいたします。

7月

「コロナのある生活」ってどうしたらいいのか



日	月	火	水	木	金	土
8月の開所時間等は、 次号の「なんくるないさ〜」で お知らせします。			1	2	3	4
						お休み
5	6	7	8	9	10	11
お休み						お休み
12	13	14	15	16	17	18
お休み						お休み
19	20	21	22	23	24	25
お休み				お休み	お休み	お休み
26	27	28	29	30	31	
お休み						

「いこいの場」の利用は、平日：10時～12時のみです。
プログラムはすべて休止します。



■プログラムについて

プログラムはすべて休止しています。「密」を避け、安全におこなう方法をテストした上で、再開できるもの、終了するものなどを考えています。

現在、少しずつテストし、確認しています。時には利用者の方々にご協力をお願いし、本番に近い形で安全性を確認しています。誰もが気持ちよく来所できるよう、プログラムのアイデアやご意見など、お気軽にお寄せ下さい。

■利用更新の手続きについて

契約期間が満了し、更新手続きが必要な方へのお知らせです。順次、手続きのご案内をしています。利用継続の意思確認の便りが届きましたら、ご連絡ください。

クイズの答え
全部で**43粒**です。
よく見てみてね。



この情報は、6月29日(月)現在のものです。感染症拡大等により変更が生じる可能性があります。最新の情報は、ホームページや電話でご確認いただきますよう、ご理解とご協力の程よろしくお申し上げます。

編集：那覇市精神障がい者地域生活支援センターなんくる 施設長 島田 正博
〒902-0077 沖縄県那覇市長田1-24-27 電話:098-836-6970 FAX:098-836-6977
ホームページは「沖福連」をクリック 定価:100円(会費等に含む)
発行：九州障害者定期刊行物協会 〒812-0054 福岡市東区馬出2-2-18