



いたばし ハートワークだより



1部 参加メンバー



2部 参加メンバー



きつねダンス
にチャレンジ
しました。



今年度第1回目の余暇活動を6月17日(土)おとしより保健福祉センター3階ホールにて開催しました。昨年秋に引き続き、講師にケビン先生をお招きしました。今回は少し定員を増やして合計45名の方が参加してくださいました。YMCA や SMAPの曲など聴いたことがある曲を中心に踊りました。曲のはじめにケビン先生から説明があるので、みなさんととてもよい集中をさせていましたね。今年度も感染状況をみながら、余暇活動を計画していきます。次回もどうぞ楽しみにしててくださいね。

けんこうとくしゅう 健康特集



◇熱中症予防のために◇

- ＜暑さを避けること＞
- ・扇風機やエアコンを使いましょう。
- ・外出時には日傘や帽子を着用しましょう。
- ・こまめに休憩をとりましょう。
- ・保冷材や冷たいタオルで体を冷やしましょう。
- ・水分の補給を忘れずに。

- ・めまい
- ・立ちくらみ
- ・生あくび
- ・大量の発汗
- ・筋肉痛
- ・筋肉のこむら返り

熱中症の症状

症状がすすむと

- ・頭痛
- ・嘔吐
- ・倦怠感
- ・虚脱感
- ・集中力低下
- ・判断力低下

応急処置をしても症状が改善されない場合は医療機関を受診しましょう。

応急処置

エアコンが効いている室内や風通しの良い日陰など涼しい場所へ避難

首回り、脇の下、足の付け根など冷やす

水分・塩分、経口補水液などの補給

自力で水が飲めない、応答がおかしい時は救急車を呼びましょう。

運動不足で筋肉の量が減ると脱水症に陥りやすくなり、熱中症になるリスクが高まるそうです。体調に気を付けて運動しましょう。

<厚生労働省ホームページ参考>



れいわ ねんどじぎょうほうこく ハート・ワークの令和4年度事業報告

3月31日現在の
総登録者数
は1078名



1、相談の状況

- 年間相談件数 7361名
- 新規来所者数 97名
- 新規電話相談者 468名

2、就労の状況

- 新規就労者数 90名
(身体 3名、知的 46名、精神 41名)
- 3月31日現在の就労者数 662名

3、就労前訓練・実習

- こすもす 0名
- スマイルマーケット 0名
- 板橋福祉工場 0名

4、就労支援の状況

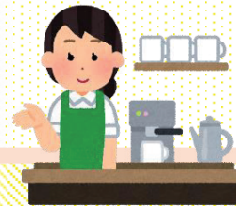
- 職場訪問等 653名

5、余暇活動

- 石鹸作り 8名
- ダンス 37名
- ボウリング大会 78名

6、ハート・ワークだよりの発行

- 発行回数 年3回
- 発行部数 3800部
- 配布先 会員・関係機関等



あたらしい しょうかい 新しい職員を紹介します



さとう やよい
佐藤 弥生

あたらしい しょうかい
新しくハート・ワークの職員に
なりました。就労支援のお仕事は初めて
ですが、利用者様の気持ちに寄り添い、
あんてい しょうろう がんば
安定した就労ができるよう頑張ります。
よろしくお願ひします。



ハート・ワーク 所長より

皆さんお元気でしょうか？最近では天気も色々変化して、多くの雨や台風などで皆さんも苦労されていることと思います。東京でも雨による影響が出ていますね。体調を崩さぬようお気を付けてください。さて、新型コロナウイルスの話題もあまり出てこなくなり、少しずつコロナ禍前の状況に戻りつつありますが、最近自立つのが SNS にかからんだ事件が多いことです。外国の映画でも見ているような事件が多くみられ、日本はどうなってしまったのだろうと思います。世の中には悪い人はいるとは思いますが、何か普通の人も巻き込んで悪いことをしていくように見受けられます。また、皆さんも携帯電話はお持ちですが、便利な反面いろいろな情報が入ったり出たりしています。私は世代的には一つも二つも前の人間なので、あまり影響はされないのですが、若い人たちは携帯が無いと大変困る方が多いと思います。悪いことをする人たちはそういうことも十分承知で近づいてきます。また、携帯とお金が結びつきやすくなっていることも事実です。便利な反面とても危険な気がします。いろいろな情報に対し、これは危ないなと感じる力を身に付けて、被害にあわないように皆で気を付けましょう。

所長 佐々木 章吾



カフェ こすもすより お知らせ



暑い夏がやってきました。カフェ こすもすでは夏季メニューのかき氷を始めました。パフェや宮崎マンゴーのソフトクリーム、冷たいドリンクをご用意してお待ちしております。また、お得なランチセットもご好評をいただいております。(ランチタイムは11:00~14:00) 他にも手作りクッキーの販売をしています。お土産やおやつにいかがでしょうか？ 近くにお越しの際は、ぜひお立ち寄りください。

※営業日は、ハート・ワークまたはエコポリスセンターのホームページでご確認ください。

〈実習生募集〉

ハート・ワークでは、下記の事業所で実習生を受け入れています。就労や再就職への一歩を踏み出そうとしている方はハート・ワークまでご相談ください。

- ・カフェこすもす (エコポリスセンター地下1階)
- ・東京都板橋福祉工場



板橋区障がい者就労支援センター(ハート・ワーク)

〒174-0063 板橋区前野町 4-16-1 板橋区立おとしより保健福祉センター内

TEL 03-3968-9900 FAX 03-3968-9966

HP: <https://www.jcws.or.jp/heart-work/>

発行◆板橋区障がい者就労支援センター 第91号 令和 5年 7月 15 日



アクセスマップ

