

ほっとスマイル 9月号



発行者:社会福祉法人 翠睦福祉会
 障害者地域生活支援センターほっと 
 〒761-0443 高松市川島東町 1914 番地 1
 TEL:087-840-3770 FAX:087-840-3769
 MAIL:hot3770@shirt.ocn.ne.jp
 障害福祉サービス事業所かわしま 
 〒761-0443 高松市川島東町 1914 番地 5
 TEL:087-848-3611 FAX:087-848-3779
 MAIL:suikawa3611@shirt.ocn.ne.jp
 HP:http://suibokufukushikai.jimdo.com/

■ □ お 知 ら せ ■ □

『ほっと』の登録について

「ほっと」の登録日、または登録更新から2年以上利用がなく、再利用をする場合には、改めて登録の手続きをさせて頂いております。再利用するためには、登録申請書、主治医意見書が必要となります。

また、機関紙「ほっとスマイル」も2年以上利用がない方への送付は停止させていただきます。再利用をご検討の方、機関紙の送付をご希望の方はお手数ですが、支援センターほっとまでご連絡ください。ご理解とご協力をお願い致します。



ほっとピア相談



日時: 令和2年9月23日(水)
 (相談人数: 1日1名、相談時間: 13:30~15:00 の間で30分)
 場所: ほっと相談室

相談は予約制となりますので、「ほっと」までご連絡下さい。
 予約の際に受付票を記入して頂きますのでお願い致します。



公淵公園で森林浴

日時: 令和2年9月24日(木) 10:30頃出発予定
 場所: 公淵森林公園 参加費: 100円 定員: 6名
 予約・キャンセル: 令和2年9月18日(金)

新型コロナウイルスの影響で様々な制限があり、
 外出しにくい状況が続いていましたが、気分転換も必要ではないのかと
 ほっとスタッフで考え、近所の公園に森林浴に出かけることにしました。
 感染対策もさせていただきますので、久しぶりに外出してみませんか?



※新型コロナウイルスの感染拡大状況によっては、中止させて頂く可能性があります。

■ □ 活動報告 ■ □

『けん玉にチャレンジ 』

最近、新型コロナウイルスの影響で外出を控えているので、事業所内で出来ることはないかな～と考えていたところ、事業所内からけん玉を発見！これはやるしかない！とチャレンジしたところ、男性スタッフがハマってしまいました。子どもの時にしたことはありましたが、大人になってやってみると出来ないことが悔しくて熱中してしまうようです！時々、プログラムに入れてみようと思っています。プログラムに入っていない時も貸し出しますので気軽にお声がけくださいね！



■ □ お役立ち情報 ■ □

9月1日は「防災の日」


日頃の備えが大切です 

災害は他人事ではありません




台風、高潮、津波、地震等の災害についての認識を深め、それらの災害に対処する心構えを準備するためとして、1960年に内閣の閣議了解により制定されました。また、1982年からは、9月1日の「防災の日」を含む1週間(8月30日から9月5日まで)が「防災週間」と定められています。


9月1日という日付は、1923年9月1日に発生し、10万人以上の死者・行方不明者を出した『関東大震災』に由来しています。

総務省 統計局より <https://www.stat.go.jp/naruhodo/c3d0901.html>

災害時の持ち物チェックリストを作ってみました。 

少しでも安心して、避難できるように事前に確認してみませんか？

- | | | |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> くすり  | <input type="checkbox"/> 非常食  | <input type="checkbox"/> 現金(紙幣・硬貨)  |
| <input type="checkbox"/> おくすり手帳  | <input type="checkbox"/> 飲料水  | <input type="checkbox"/> タオル  |
| <input type="checkbox"/> 健康保険証  | <input type="checkbox"/> 衣類  | <input type="checkbox"/> 電池  |
| <input type="checkbox"/> 障害者手帳  | <input type="checkbox"/> 下着  | <input type="checkbox"/> 携帯電話(充電器)  |
| <input type="checkbox"/> 自立支援医療受給者証  | <input type="checkbox"/> 懐中電灯  | <input type="checkbox"/> めがね・コンタクトレンズ  |
| <input type="checkbox"/> 家族など緊急時の連絡先 | <input type="checkbox"/> 生理用品 | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> ゴミ袋  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

他に必要なものがあれば、書き足してくださいね 

■ □ 投稿 □ ■

フォト コーナー



『夏の終わり』



『元気』

短編小説 ～蟻地獄～ 第39回

<P.N. しらすくじら>

《再会》

高松に戻った良太はまた保険会社で働くことになった。今度は女に溺れる事無く、真面目に働いた。そのせいもあってか、成績は常にトップクラス。支社でも一目置かれる存在になっていた。エリアマネージャーにまで昇格し、兵庫に置いてきた妻と子どもも呼び寄せた。順風満帆の日々が続いたある日、出張で岡山の研修会に参加することになった。一年ぶりの岡山になぜだか心が弾んだ。研修会が終わり、宿泊先のホテルに向かう途中、突然春一番の風が吹いた。砂埃のせいで辺りが見えなくなった。良太も右手で顔を覆い前方の視界を塞いだ。強風が止み前を見詰めるとそこには瞳の姿があった。久しぶりに見る瞳は、美しさに磨きをかけていた。思わず唾を飲み込んだ。

「久しぶり、元気？」

どちらともなく自然に同じ言葉を発した。

「良太さん、今は高松にいるんだ」

「何で知ってるの？」

「噂で聞いたから」

「瞳は今も同じ店？」

「ううん、違うお店。でも看護師の試験合格したから今は就活中」

「おめでとう。また高松にくる機会があったら連絡して。案内するから」

暫しの談笑の後、二人は別れた。

つづく...

古代ギリシャ時代に考案された開平方の方法 <N:M>



正の数 A について、 $A = (x + a)^2$ とおく。ただし、 $|x|$ を小さくする。 $A = x^2 + 2ax + a^2$ 。 x は、かなり小さいので無視

する。 $A = 10$ として $\sqrt{A} = \sqrt{10}$ 、この開平方を求める $x = \frac{A-a^2}{2a} = \frac{10-3^2}{2 \times 3} = \frac{1}{6}$ $a + x = \frac{1}{6}$ $a = 3$ としたのである。

$a + x = 3 + \frac{1}{6} = \frac{19}{6}$ $a = \frac{19}{6}$ とし、 $x = 10 - \left(\frac{19}{6}\right)^2 / \frac{19}{3} = 3 \left(10 - \frac{361}{36}\right) / 19 = 30 - \frac{361}{12} / 19$ 。 $361 \div 12 = 30.0833 -$

$30.0833 + 30 = 0.0833 + 30 = 0.0833$ $a = \frac{19}{6} = 3.1666$ $x = -0.0833 \div 19 = -0.0043$ 故に $a + x = 3.1666 -$

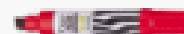
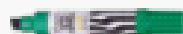
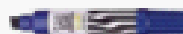
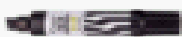
$0.0043 = 3.1623$ となる。ただし少数第4位まで求めたものである。 $\sqrt{10} = 3.1623$ 次に $A = 2$ として $\sqrt{A} = \sqrt{2}$

の開平方を求める。 $x = 2 - 1^2/2 = \frac{1}{2}$ 、 $a + x = 1 + \frac{1}{2} = \frac{3}{2}$ 、 $x = 2 - \left(\frac{3}{2}\right)^2 / 2 \times \frac{3}{2} = 2 - \frac{9}{4} = -\frac{1}{4}$ $a + x = \frac{3}{2} -$

$\frac{1}{2} = \frac{17}{12}$ この $\frac{17}{12}$ を a とし、 $x = 2 - \left(\frac{17}{12}\right)^2 / 2 \times \frac{17}{12} = 2 - \frac{289}{144} / \frac{17}{6} = 6 \left(2 - \frac{289}{144}\right) / 17 = 12 - \frac{289}{24} / 17$ $- 12.0416 +$

$12 = -0.0416 \div 17 = -0.0024$ $a = \frac{17}{12} = 1.4166$ 故に $1.4166 - 0.0024 = 1.4142$ この値が $\sqrt{2}$ の平方根であ

る。少数第4位まで求めた。現代での反復法である。



地域生活支援センターほっと カレンダー



2020 年 9 月

日	月	火	水	木	金	土
<利用できる時間> 月～金 9:00～17:00 第1・3・5土13:00～17:00 (祝日と重なった場合は閉館します) 第2・第4土曜日・日曜・祝日は休館		1 防災の日 	2	3 ヨガ 9:00 	4 	5 13:00～17:00
		6	7 書道 10:30 	8	9 絵手紙 13:30 	10 ヨガ 9:00
12	13 	14	15 大人のぬりえ 13:30 	16	17 ヨガ 9:00 	18
19	20	21 敬老の日	22 秋分の日	23 ☆ピア相談☆ 13:30～15:00	24 ヨガ 9:00 ☆外出プログラム☆ 森林浴 in 公測公園 10:30頃 出発	25
26	27	28	29	30 けん玉 13:30 	1	2
3	<p>☆印のあるものは予約制です。車を使って外出する場合は、参加費 100 円が必要になります。 また、外出プログラムについて、3 人以上の参加で実施とします。もし人数が集まらなければ、別のプログラムに変更させていただきます。プログラムは変更になる可能性もありますので、事前に確認をお願いします。</p> <p>【編集後記】 ほっとに新しい車が増えました。SUZUKI のスペースアです。これから訪問にも使わせていただくので、よろしくお願いします♡まだまだ暑い日が続きますが、休息を取りながらみんなで乗り切りましょう!!</p>					

<スタッフが出席した会議> <ほっと・かわしま>

- 8月 4日 令和2年度就労支援基礎研修<本多ひ>
- 8月 5日 令和2年度相談支援従事者現任研修<松村>
- 8月 6日 令和2年度就労支援基礎研修<本多ひ>
- 8月 6日 第1回三木町障がい者プラン策定委員会<遠藤>
- 8月 6日 令和2年度第1回高松東地域会・事例検討会<福本・高橋>
- 8月 7日 高松圏域自立支援協議会(就労支援部会、就労継続支援B型事業所意見交換会)<本多>
- 8月 7日 第31回塩江地区地域福祉ネットワーク会議<高橋>
- 8月 7日 令和2年度相談支援従事者初任者研修演習全体打合せ会<遠藤>
- 8月11日 令和2年度第6回基幹中核・地域拠点合同会議<高橋>
- 8月17日 令和2年度第1回高松市障害者施策推進懇談会<本多>
- 8月20日 令和2年度相談支援従事者初任者研修(講師派遣)<遠藤>
- 8月24日 高松圏域自立支援協議会(就労支援部会)<高橋>