



居場所だより

平成30年8月1日 発行

特定非営利活動法人フリースペースふきのとう

〒857-0874

長崎県佐世保市京坪町8番1号

TEL(0956)25-6222 FAX(0956)76-8131

みんなのマルシェ星の風

毎日、暑い日が続きますね。みなさん、熱中症に、気を付けて、この夏を乗り切りましょう。

さて、先月は星の風では夏休みフェアを開催しましたが、この暑さの中、お客さんが少なかったようです。また、星の風もエアコンなしのお店で、いつもの時間より1時間遅めに開けたり、1時間早く締めたりして対応してきました。スタッフも熱中症にならないようにお店で頑張っています。今月も残暑厳しい中、星の風も営業しますので、遊びに来てくださいね。

ふきのとうの情報は、ホームページにも掲載しています。こちらでも情報をチェックしてくださいね！

Facebookは随時、更新中です！「いいね！」を押してね！「シェア」もお願いします。

Facebookをやっていない人は、ふきのとうのホームページのブログにも書いています。たまにはブログものぞいて見てね！

ひきこもり者の中間就労支援「発送作業」

但し、条件があります。この事業はJTたばこの助成事業で行うため、賃金などの規定がありますので、ご了承ください。

毎月、発行される「事務局だより」「居場所だより」と年4回発行される会報「星の風」の発送作業のアルバイトです。

仕事内容は、封筒のラベル貼り、紙折り、封筒に封をする、ゆうメールのスタンプ押し、後納郵便のスタンプ押しの簡単で単純なお仕事です。初めての人は、事務局が教えます。

アルバイト代:1時間750円です。但し勤務時間は2時間とします。

アルバイト代支給日は、8/31日分は9/7(金)、9/6日分は10/5(金)です。

対象者:手帳を持っていない人及び長期アルバイトなどしていない人に限ります。

まだ、星の風で働きたいけど、少しハードルが高いなあと思う人、居場所に行きたいけど、まだ、行けないという人
中学生以上(労働基準法に則り)

以上の方たちが対象となります。

次回の発送作業は8月31日(金)と9/6(木)です。



あなたの絵をポストカードにしてみませんか？

フリースペースふきのとうでは、ポストカードにする絵を募集しています。

今まで描き溜めた絵やこれから描く絵、写真もOKです。

出来たポストカードは星の風で販売することも出来ます。売り上げの80%は作者にお返しします

詳しくは、フリースペースふきのとうまでご連絡ください。

尚、ハガキの台紙はふきのとうで準備しています。

他にも手作り雑貨やアクセサリなど販売したい方も商品と共に募集しています。

是非、フリースペースふきのとうまでご連絡ください。お待ちしております。



ぽこ・あ・ぽこ (学童期)

火・土(祝日、年末年始、お盆お休み) 13:00~17:00

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
6	7 学習サポート 「数学」 14:30~15:30	8	9	10	11 山の日	12
13	14 お盆休み	15	16	17	18 英会話 15:30~17:00	19
20	21 学習サポート 「数学」 14:30~15:30	22	23	24	25 全国のつどい in大阪	26
27	28 学習サポート 「数学」 14:30~15:30	29	30	31		

- ◆開所日は、火・土曜日13:00~17:00までですが、祝日、年末年始、お盆はお休みです。また、自然災害(台風、雪、地震など)で学校が休校の場合も居場所はお休みします。
- ◆学習サポート「数学」 担当:永富光朗先生 数学パズルなどを利用して、遊びながら学べます。
- ◆英会話 担当:池田和博先生(ぽこ・あ・ぽこの家主さん)
持ってくるもの:NHKテキストブック「英語I」(書店で買って持って来てね!）、筆記用具
学習内容:NHKテキストブック「英語I」を教材にして学習します。また、簡単な英会話やみんながなじみのある英語の歌などを楽しく学びます。時々、外国の方が来
- ◆毎週土曜日は英会話が終わった後、ギター教室もしています。担当:池田和博先生
※英会話とギター教室は毎週土曜日にしてはいますが、講師の池田さんの都合でお休みする場合があります。
- ◆お盆休みは8/11(土)と8/14(火)です。尚、8/14(火)の学習サポート数学も、お休みします。
- ◆8/25(土)は、全国のつどいin大阪へ参加する人が多く、居場所に来る子が少ないため、お休みします。
- ◆今月は、お盆休みなど閉所が続きます。M(_)m



ぽれぽれ(青年期)

月・火・金・土(祝日、年末年始、お盆お休み) 10:00~16:00
木 8:00~14:00

月	火	水	木	金	土	日
		1	2 みんなのマルシェ 星の風	3	4 みんなのマルシェ 星の風	5
6	7 学習サポート 「英語」	8	9	10	11 山の日 星の風 イベント出店 島瀬公園	12 お盆休み 星の風 イベント出店 島瀬公園
13	14	15	16	17	18 学習サポート 「発達障がい」	19
お盆休み						
20	21 学習サポート 「英語」	22	23	24 事務所閉所	25 学習サポート 「発達障がい」 休	26
27 代休	28 学習サポート 「英語」	29	30 みんなのマルシェ 星の風	31 みんなのマルシェ 星の風		

- ◆学習サポート「英語」 担当:田向弘文先生
- ◆学習サポート「発達障がい」・小学生 担当:川久保伊千子先生
- ◆開所日は、月・火・金・土曜日の10時~16時と木曜日の8時~14時までですが、急な用事や出張などで出かけることがあります。ご用の時は事前にご連絡ください。
また、自然災害(台風、雪、地震など)で学校が休校の場合も居場所はお休みします。
上記の他に、フリースペースふきのとう主催の行事の翌日の場合も居場所兼事務所はお休みします。
- ◆お盆休みは8/11(土)~8/15(水)です。
- ◆8/20(月)は、行政との話し合いが保健所であるため、午前中は閉所します。
- ◆8/24(金)・25(土)・27(月)は、全国のつどい大阪へ出張のため、お休みします。



熱中症対策



《熱中症の症状》

症状①めまいや顔のほてり

めまいや立ちくらみ、顔がほてるなどの症状が出たら、熱中症のサインです。一時的に意識が遠のいたり、腹痛などの症状が出る場合もあります。熱中症のサインに気がついたら、症状を悪化させないためにも、上手な水分補給・塩分補給を行いましょう。

症状②筋肉痛や筋肉のけいれん

「こむら返り」と呼ばれる。手足の筋肉がつるなどの症状が出る場合があります。筋肉がピクピクとけいれんしたり、硬くなることもあります。

症状③体のだるさや吐き気

体がぐったりし、力が入らない。吐き気やおう吐、頭痛など伴う場合もあります。

症状④汗のかきかたがおかしい

拭いても拭いても汗が出る。もしくはまったく汗をかいていないなど、汗のかきかたに異常がある場合には、熱中症にかかっている危険性があります。

症状⑤体温が高い、皮膚の異常

体温が高くて皮膚を触るととても熱い、皮膚が赤く乾いているなどの症状も熱中症のサインです。

症状⑥呼びかけに反応しない、まっすぐ歩けない

声をかけても反応しなかったり、おかしい返答をする。または、体がガクガクとひきつりけを起こしたり、まっすぐ歩けないなどの異常があるときは、重度の熱中症にかかっています。すぐ医療機関を受診しましょう。

症状⑦水分補給ができない

呼びかけに反応しないほど、自分で上手に水分補給ができない場合は大変危険な状態です。この場合は、むりやり水分を口から飲ませることはやめましょう。すぐ医療機関を受診しましょう。

《応急処置で大切な3つのポイント》

ポイント① 涼しい場所へ移動しましょう

まずはクーラーが効いた室内や車内に移動しましょう。屋外で、近くにそのような場所がない場合には、風邪通りのよい日陰に移動し安静にしましょう。

ポイント② 衣服を脱がし、体を冷やして体温を下げましょう

衣服をゆるめて、体の熱を放出しましょう。氷枕や保冷剤で両側の首筋やわき、足の付け根などを冷やします。皮膚に水をかけて、うちわや扇子などで仰ぐことでも冷やすことができます。うちわなどがない場合はタオルや厚紙で仰いで、風を起こしましょう。

ポイント③ 塩分や水分を補給しましょう

できれば水分と塩分を同時に補給できる、スポーツドリンクなどを飲ませましょう。おう吐の症状が出ていたり意識がない場合は、誤って水分が気道に入る危険性があるので、むりやり水分を飲ませることはやめましょう。

もし、熱中症かなと思ったときは・・・？

重要!

- すぐに医療機関へ相談、または救急車を呼びましょう。
- 涼しい場所へ移動しましょう。
- 衣服を脱がし、体を冷やして体温を下げましょう。
- 塩分や水分を補給しましょう。

