



居場所を再開します！

先月の26日で新型コロナウイルス感染症の特別警報が解除されました。それに伴い、10月から居場所を再開します。また、ぽれぽれも佐世保市のレベルが3に引き下げられましたので、再開します。ぜひ、遊びに来てくださいね。コロナウイルスワクチンを2回接種した人は、来る時にはマスクを必ず着用して来てください。一刻も早くコロナウイルスの終息を願いたいものです。

ふきのとうのイベントなどの情報はふきのとうのホームページの月間スケジュールやブログにも掲載していきますので楽しみにしていてね！



居場所だよりの通信代、節約にご協力を！！

只今、居場所便りを郵送で送っていますが、経費節減のために、メールで送信を致したいと思えます。

メリットとして、家族には見られたくない方たちです。メールにすると本人のところへ届きます。但し、自分のメールアドレスを持っている人に限ります。また、このメールはショートメールは届きません。スマホメール(フリーメール)、PCメールに限ります。

みなさんは、スマホを持っている人もいるのではと思い、その方たちはメールに切り替えたいと思えます。

メールで送って欲しい人は、一度、ふきのとうへ空メールを送ってください。メールアドレスの間違いを防ぐ為です。

ふきのとうのメールアドレスは、封筒の表の下に掲載しています。

また、メールアドレスを持ってない人は、今まで通り郵送致します。

ご協力の程、よろしくお願い致します。



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イベント出店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ー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。

おねがい

※手作り雑貨を作成する人へお願い

イベント出店などでは、キャラクターを素材にしたものは販売できませんので、ご注意ください。

例：スヌーピーやキティちゃんなどの入った布などです。

ご協力のほど、よろしくお願い致します。



月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
4	5 学習サポート 「数学」 14:30~15:30	6	7	8	9	10
11	12 学習サポート 「数学」 14:30~15:30	13	14	15	16	17
18	19 学習サポート 「数学」 14:30~15:30	20	21	22	23	24
25	26 学習サポート 「数学」 14:30~15:30	27	28	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、担当の池田和博先生が体調を崩されており、只今、お休みしております。体調が戻られたら、再開致します。
- ◆コロナ感染予防のため、居場所を利用する時は、来る前に検温と水筒持参、マスク着用をして来てくださいね。



ぽれぽれ(青年期)

月・火・金(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	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

◆学習サポート「英語」 担当:田向弘文先生

只今、学習サポート「英語」は、希望する子どもがないので、お休みしています。また、希望する子どもが出たら、再開致します。

◆学習サポート「発達障がい」・小学生 担当:只今、担当される先生を探しております。決まり次第、再開します。

◆開所日は、月・火・金曜日の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。

◆コロナ感染予防のため、居場所を利用する時は、来る前に検温と水筒持参、マスク着用をして来てくださいね。

◆ぽれぽれは、佐世保市より委託を受けて実施している事業です。今、社会では新型コロナウイルスの感染状況によってレベルが設けられています。レベル4になった場合は、市の要請によりお休みするようになって言われていますので、佐世保市のホームページにて掲載してありますので、そちらでご確認をお願いします。また、ふきのとうのホームページのブログでもお知らせ致します。



10月10日は目の愛護デー

目の愛護デーが10月10日になったのは、「10」という数字が横にしたときの形が、眉毛と目に見えることが由来になっています。これを機会に、目の健康について考えてみましょう。

最近ではテレビやパソコン、スマートフォンなど近くに見る作業が多い生活を送っています。近視の発症や進行を予防するためには、目に負担をかけない生活を送ることが大切です。

●意識的に遠くを見るようにしましょう。

●読書をする場合には、背筋を伸ばし、目と本の距離を30cm程度離しましょう。

●パソコンなどの機器を使用する場合には、1時間おきに10～15分程度の休憩をとりましょう。

目の病気には、自覚症状が少なく気付きにくいものがあります。早期受診や低気検診が重要です。年に1度は眼科専門医での検診を受けましょう。

《目のしくみ》

目は眼球と視神経、それに(まぶた)や涙腺のような眼球付属器から成り立っています。眼球は(眼窩)と言うくぼみの中におさまっていて、視神経で、脳に連絡していきます。眼球は、成人では直径24mmのほぼ球型をしており、外側の壁となかみとに大きく分かれています。

◆涙腺

上まぶたの上外方の位置にあって一定量の涙液を常に分泌しています。実際に涙腺の中に腺房細胞と呼ばれる細胞がたくさん詰まっていて、涙液を産出しているのです。

◆虹彩

瞳孔散大筋と瞳孔括約筋があり、自律神経の支配を受け、明暗によって自動的に目に入る光の量を調節します。カメラの絞りに相当します。

◆角膜

眼球外膜の1/6を形成する透明な膜で光線の入り口です。

◆水晶体

カメラレンズに相当し、毛様体と連動して調整作用を行います。

◆まつ毛

眼瞼の上下縁にあり、刺激に敏感で、異物に触れると瞼を閉じて目に入るのを防ぎます。

◆眼瞼

カメラのシャッターに相当し、眼球を保護すると共に涙液膜を作り、涙液を涙のうに送り込みます。

◆結膜

眼球の露出部を保護し、眼球運動を容易にします。

◆硝子体

眼球の大部分を構成しているゲル状の透明な物質で、光を透過させます。

◆視神経

神経線維が集まり、網膜から脳の脳中枢に電気信号を伝えるケーブルの役割を果たしています。

◆毛様体

毛様体筋の緊張、弛緩によって水晶体の厚さを変え、網膜に像を結ぶように遠近調整します。

◆網膜

カメラのフィルムに相当し、2つの視細胞(錐体、杆体)で光(モノの形、色など)を感じ、電気信号に変換し脳に送ります。

◆脈絡膜

毛細血管と色素に富み、網膜などへの栄養補給とカメラの暗箱の役割をします。

◆強膜

角膜と共に眼球を形成する外膜で、カメラのボディに相当します。

◆中心窩

眼底網膜の中で最も明視できる部分です。

