

そらまめ〜る

2024年 1月 発行

2024
第62号

★皆さん、寒中お見舞い申し上げます★



2020年から続いたコロナが5類になり、何も気にせず好きな場所に行ける様になりましたね。楽しい年末年始を過ごされましたか？

★今年の干支は辰年★



漢字では「辰年」と書きますが、動物に当てはめると「竜（龍）」になります。十二支ある動物の中で、唯一想像上の動物であるのが「竜（龍）」なのです。

実は竜（龍）は、非常に縁起の良い神聖な生き物であり、辰年である今年は、今まで努力してきたことが実を結んで成熟する年になると言われています。さらなる努力をすれば、スピード感を持って成功に近づけると言われる今年。

皆さんにとって実りある1年になります様、応援しています☆

さて、今年は元旦から能登半島地震があり、翌日は飛行機衝突事故があったりと衝撃なニュースがあり、皆さん、驚きましたね。万が一のために、防災グッズを用意しておきましょう！「備えあれば、憂いなし」です。



いよいよ冬も本番で、本格的に寒い時期になってきましたね。ただ、今年は暖冬傾向で平年より気温が高めなのですが、コロナやインフルエンザも油断できません！今年も手洗いうがいはしっかりとしましょう！

辰



2024年 大阪最強インスタ映えスポット



おすすめ BEST 1

ザ・定番の**大阪城**！探せば映えるスポットはたくさんありますよ！！写真の場所を探して撮影もアリですね！



おすすめ BEST 2

意外と穴場の**花博記念公園鶴見緑地**！美しい風車をバックに撮ったら、まちがいなく映え写真が撮れますよ♪



インフルエンザが大流行！対策には・・・

インフルエンザにかからないために

- 対策① こまめに手洗いをしよう。
- 対策② 外出時にはマスクを着用しよう。
- 対策③ 体調が悪い時や睡眠不足の時は、外出をしない。
- 対策④ 加湿器などを使って湿度を50～60%に保つと効果的です。
- 対策⑤ 十分な休養と栄養バランスのとれた食事を心がけましょう。

かかってしまったら・・・

- 対応① 高熱（38.0℃以上）が出たら、げねつざい病院で検査をし、げねつざい解熱剤等、処方してもらう。
- 対応② 外出をしないで、十分な休養を取る。
- 対応③ 水分をしっかり取る。
- 対応④ 食べやすい、おかゆやうどんなど、食べれるものを食べる。



SST 第11回「先輩の体験談」～先輩から後輩へ、メッセージ～

1/14（日）シェラトン都ホテル大阪にて開催しました。当日は就職して6年目の先輩から、社会へ巣立つ後輩たちに向けて、実体験も交えた貴重なお話と質問にも答えて頂きました。

一人暮らしをして大切だと気付いたこと。

- ・職場の人に迷惑をかけないためにも、**体調管理はとても大事！！**
- ・自分の目標に向かって頑張るためには、何事にも**我慢は必要！！**

人間関係について。

- ・挨拶は**とても大事！！**挨拶をすることで、職場でも、相手に良い印象を与える。
- ・「ありがとう」「すみません」を素直に言うこと。
- ・苦手な人がいても、仕事をする上で無視はできない。その人のことを知ることは大事！
悪口、陰口を絶対に言わない！！

お金にまつわるお話

- ・**お金の貸し借りは絶対ダメ！！**
僕も友達に8万円貸したら、その後連絡がつかなくなって、今でも返ってこない。「お金貸して」と言われたら、「私もお金なくて借りようと思ってた。」と言って**勇気を持って断ることが大事！**
- ・少しずつでも**貯金**をしてください。
急にお金が必要になる時があるので貯金は大切です。僕は給料が入った時に、家賃、食費、光熱費、携帯代、貯金など、それぞれを封筒に分けて、残りをお小遣いとして使っていました。



★後輩たちに一番、伝えたいこと！★

悩みは一人で解決しようとしなくて、施設の先生やアフターケア事業部にすぐに相談して下さい！僕も本当に困った時にアフターケア事業部に相談に行き、助けられました！



そらまめくんの

お出かけ情報！～関西 動物 編～

ナイトサファリ WINTER 2024

開催期間：令和6年 2月24日まで

開催時間：17:00～

開催場所：白浜アドベンチャーワールド

期間限定の夜の動物園！パンダやペンギンの

ツアーや夜の動物が何をしているか観察できます♪

ちょっと遠いけど



カピバラ温泉

開催期間：令和6年 2月25日まで

「カピバラふれあいタイム」あります！

開催場所：ハーベストの丘

カピバラがお風呂に入るか入らないかは
気分次第です 😊

法律なんでも相談会（リーガル相談）



法律に関することで困っていることはありませんか？
お金に関わるトラブルなど、ひとりでは解決できない
問題があれば、弁護士さんが直接、相談にのって下さいます。

■開催日程

- ・1月13日(土)・20日(土)・27日(土)
- ・2月3日(土)・17日(土)
- ・3月2日(土)・23日(土)

■開催時間：11:00～16:00（相談時間は1時間位）

■相談場所：アフターケア事業部 事務所

■予約方法：前日の16時までに、アフターケア事業部まで
お電話ください。必ず予約をしてください。



社会福祉法人 大阪児童福祉事業協会 アフターケア事業部

〒543-0021 大阪市天王寺区東高津町12-10

大阪市立社会福祉センター3階309号

☎ 06-6765-3400 ☎ 06-6765-3402 E-mail: info@soramamail.or.jp