



就労継続支援事業所B型  
まーるの作業予定

# 利用者募集

見学・体験随時受付中  
84-1341 / 090-8910-7008

(月)	(火)	(水)	(木)	(金)
1 編み物 洗車	2 編み物 福祉センター	3 バック 福祉センター	4 編み物 結い心センター	5 革細工 カゴ洗い 結い心センター
8 バック カゴ洗い	9 編み物 カゴ洗い 福祉センター	10 バック カゴ洗い 福祉センター	11 革細工 結い心センター	12 室内清掃 カゴ洗い 結い心センター
15 休み 	16 バック カゴ洗い 福祉センター	17 革細工 カゴ洗い 福祉センター	18 編み物 カゴ洗い 結い心センター	19 バック カゴ洗い 結い心センター
22 バック カゴ洗い	23 革細工 カゴ洗い 福祉センター	24 バック カゴ洗い 結い心センター	25 編み物 カゴ洗い 結い心センター	26 室内清掃 カゴ洗い 結い心センター
29 バック カゴ洗い	30 編み物 カゴ洗い 福祉センター	31 バック カゴ洗い 結い心センター	七夕に、 「願いを込めて短冊に思いを書きます。 叶うかどうかは分からないけど、 心に希望を持つ事が大切です。」	

## ★社会参加活動13:00~の予定★

(月)	(火)	(水)	(木)	(金) etc...
午後作業	午後作業	室内で過ごそう 買い物 (26日)	体力づくり	まーる清掃
福祉センター 室内作業	福祉センター 室内作業	室内で楽しもう! 火水ぴかイチ ★	景色を楽しもう!	◆室内清掃◆



## ボーリング大会

○日時：7月12日(金) 13:30~  
○場所：あやばにボウル  
○備考：参加の方は動きやすい服装  
靴下履き



# 社会参加活動



## 海神祭 ハーリー見学

豊漁と航海安全を記念する海神祭が近づき、石垣市爬竜船競漕大会の練習を見に行きました。乗船している海人達の漕ぐパワー！！  
真近で見て迫力を感じた皆さんです。



バナナ公園に散歩へ、いつもより長い道のりにチャレンジする方、景色を楽しむ方それぞれです。気持ちの良い汗💦をながし、体力づくりにもつながります！



### 熱中症 警戒アラート



ハーリーも終えて、6月20日（金）ここ石垣島も梅雨明けが発表されました。晴れ間も見え始め日差しが強くなり暑い日が続きました。夏本番を迎える前に、日々の作業や活動では、熱中症対策を特に意識をして取り組みましょうと

ミーティングで話しています。「積極的に予防をしましょう！！」が掛け声となっています。



**熱中症を防ぎましょう。それぞれの場所に合った対策を取ることが重要**

#### こまめに水分を補給する

室内でも、屋外でも、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分・塩分、スポーツドリンクなどを補給しましょう



#### 暑さを避ける、身を守る

##### 室内では

- ・扇風機やエアコンで温度を調節
- ・遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
- ・室温をこまめに確認
- ・WBGT値も参考に



##### 屋外では

- ・日傘や帽子の着用
- ・日陰の利用、こまめな休憩
- ・天気のよい日は、日中の外出をできるだけ控える



##### からだの蓄熱を避けるために

- ・通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する
- ・保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす

