



す おうちで過ごそう!

#ステイホーム

4月、年度がかわり新しいスタートの春です。
今までと違う日常に、戸惑うこともあると思います。
自分のペースで心配事やストレスをためず生活しましょう。
あすくは皆さんを応援しています!!

現在、私たちの住む東京都では4/7に『非常事態宣言』がされました。

そのため、お仕事が休みになったり、自宅待機や自宅勤務となっている方も増えています。

大切なことは、次の出勤にそなえ生活リズムを変えないこと、元気な体で過ごすことです。

皆さん一人一人が、いつもより少しだけ気かけながら生活してみませんか?

今できること『うつらない・うつさない』『お家ですごそう! (ステイホーム)』です!!



おうちでなにをする?

「ステイホームと言われても、何していいかわからない!」というアナタ☆

参考までに、あすくスタッフの過ごし方をご紹介します。

『お友だちや家族とラインで近況報告、野菜を刻んで冷凍庫へ!!』いづか



『さる・るるる』『いっぽんばしわたる』
久しぶりに絵本はありますか? はら

『手作りマスク・量産中です』 まみや



『タンスの冬物整理と
冷蔵庫の賞味期限切れチェック!』 いちむら

『ONE PIECE、今なら全巻一気に読めます』 あきた



おしらせ



感染症の拡大予防を最優先に考え、今年度のイベント・プログラムは当面延期とさせていただきます。

フリースペースについて、3月中は除菌後の入室や予防マスクをつけての利用をお願いしていましたが、

『緊急事態宣言』が解除されるまで、しばらくフリースペースの利用自粛をお願いいたします。

また、相談のための来所や面談は、できるだけ電話やメールで対応させていただきたいと思っております。

面談予約のように「電話相談の時間予約」もできます。ご相談ください。

職場訪問などは、しばらく緊急の対応だけになります。

感染を上げないためにも、ご理解とご協力をお願いいたします。

日々の情報発信は「ツイッター」または

https://twitter.com/asc_work



「ホームページのブログ」をみてください

<http://www.akigawa-net.org/asuku.html>

あすく通信は2か月に1回発行です

ツイッター



ブログ





そな うれ 備えあれば憂いなし



ことし さくら うつく
今年の桜も美しかったですね。

まちかど えき
街角や駅のホームで、スマホを片手に写真を撮る人も見かけました。

あたらしい であいがある 季節ですが、今年は新型コロナウイルスの感染が広がり、いつもとは違う春を迎えています。

せかいじゅう ひろ
世界中に広がった感染は、毎日のニュースでその大変さを知ることができます。

かいしゃ りんじ やす
会社も臨時の休みや時差出勤などの対応がはじまっています。

このような時こそ、私達一人ひとりが感染しないように気をつけることが大切です。

てあら
手洗いやマスクなどによる感染防止をして、3つの密(密集・密閉・密接)を避けましょう。

まいにち たいおん はか
また、毎日の体温を測り、自分の体調を確認しましょう。

そして大切なことは、うわさなどで不安にならないことです。

ニュースなどから正しい情報を知り、感染して病院に行かなければならない人への

おも
思いやりを忘れずにしたいですね。

ことねんど
今年度、あすくはこれまでと同じ5人のスタッフでスタートしました。 昨年度同様に何卒よろしくお願ひします。



『用語の解説』

かんせんしやう
感染症

ウイルスが体の中で増え、咳や発熱などの
症状が出ること

ふようふきゅう
不要不急

命にかかわらない、全てのお出かけのこと

じしゆく
自粛

自分から進んで態度や行動を控えること

せかいほけんきかん
世界保健機関

WHO世界の人の健康を守るため

様々な活動を行う国際連合の専門機関

しんがた 新型コロナウイルスについて

とうきやうと の し こうしき ただ じやうほう
東京都やあきる野市の公式ページで正しい情報!

あすくツイッターなどでもお知らせしています

(ツイッターは情報発信専用です、お返事はできません)

【ライン(東京都)】

しんがた たいさく
新型コロナウイルス対策パーソナルサポート@東京

質問に答え自分に合った情報をもらおう



【電話相談(東京都)】

しんがた かんせんしやうでんわ
新型コロナウイルス感染症電話相談窓口

TEL:0570-550571 (9:00-21:00)

感染予防や、心配な症状が出た時の対応など



【電話相談(西多摩保健所)】

TEL: 0428-22-6141 (9:00-17:00※平日のみ)

【退職】 浅野和澄(就労支援コーディネーター) 皆様お世話になり、ありがとうございました。

あきる野市障がい者就労・生活支援センター あすく



じゆうしよ
住所: あきる野市秋川1-7-6リヴェール麗2F
電話: 042-532-1793
ファックス: 042-532-1794

かいしよび
開所日 月曜日～土曜日
(日曜日、祝日はお休みです)

げつやうび とうやうび
月曜日～土曜日
(日曜日、祝日はお休みです)

かいしよじかん
開所時間 9:00～17:00

