

パシオNEWS

障害者支援施設パシオ便り

8月号
平成30年8月15日新

真夏日も続き暑い季節となりました。今月も日々の施設での様子や行事、訓練の様子などを掲載し、ご家族の皆様にもお知らせしたいと思いますので、よろしくお願い致します。

クピドフェア夏祭り!!!



7月28日(土)クピドフェア夏祭りが開催されました。晴天で気温も上がり夏日のなか花火まで楽しむことができました。写真左下：フライングディスクのイベントではパシオの玉根勝則さん、近江谷和広さん、志賀靖生さんが1位、2位、3位と、とても健闘しました。この調子で10月に行われる全道障害者フライングディスク大会でも頑張りたいと思います。とても楽しい夏祭りになりました。

9月の行事予定 医務から パシオ豆知識

- ①7月～9月毎週2回
パシオ水泳教室
- ②9月上旬
敬老会 クピドフェア食堂
- ③9月23日(日)
 1. 美唄マラソン
 2. 全道障害者水泳大会
- ④9月27日(木)
ポッチャ交流会
- ⑤9月予定
 1. 由仁ガーデンでお食事
 2. シャトレーゼでお食事

今年は特に暑い日が続いています。熱中症や食中毒の危険性が高くなっています。3食の食事以外でも水分はきちんととりましょう。ジュースや甘いコーヒー等はありません。食中毒予防にも食事の前は必ず手を洗いましょう。

花火大会は今や日本の夏にはなくてはならない風物詩ですね。この「打ち上げ花火」は元々、精霊を供養する為の行事でお盆と密接な関係でした。特に、毎年8月16日に行われる三重県熊野市の花火大会は250～300年もの歴史があり、灯籠焼きをはじめ、先祖供養の為の花火が打ち上げられています。

全道障害者スポーツ大会！



7月22日（日）岩見沢東山公園にて全道障害者スポーツ大会が開催されました。パシオからは13名の利用者が参加しました。結果は下記の通りです。

- 大川貴之 ビーンバック投げ 第1位
 - 伊藤結唯 スラローム女子 第1位
 - 尾藤直子 スラローム女子 第2位
 - 谷脇俊之 スラローム男子 第2位
 - 櫻田大貴 スラローム男子 第1位
 - 四ツ谷 1500m 途中棄権（DNF）
 - 志賀靖生 1500m 第1位
 - 梅津良太 1500m 第1位
 - 斉藤洋児 立幅跳 第1位
 - 丸山伸介 立幅跳 第1位
 - 佐藤くるみ 50m 女子 第1位
 - 竹田龍児 50m 男子 第6位
 - 大竹浩人 50m 男子 第7位
- 次年度もがんばりましょう。

栄養士から パシオ避難訓練 リハビリ係から

猛暑が続いています。皆さん夏バテぎみの方も多くいらっしゃるのではないのでしょうか。今日は夏の果物の王様『西瓜』の栄養についてご紹介します。西瓜に含まれているシトルリンはアミノ酸の一種で体内の血の巡りが良くなり、むくみや冷え性の改善、美肌効果、集中力向上といった効果があります。西瓜の他にも以下のものも同じ効果が期待出来ます。

シトルリンを多く含む食品



6月12日（火）パシオにて日中想定避難訓練が行われました。想定では女子乾燥室（洗濯物を干すところ）から出火し、平日の日中の就労を行っている時間帯での避難訓練となりました。職員は日勤職員が全て勤務している状態での想定となり、近くにいる介護職員が消火器を持って出火場所に行き、消化するが、鎮火できず、利用者・職員みんなが正面玄関まで避難しました。皆さん訓練とは思えないほど一生懸命に声を出し、走り、真剣に取り組みました。



写真：四ツ谷力さん
尾藤直子さん

スポーツ活動を行う時の室内練習の一環として、シャトルランテストという持久カトレーニングを行っています。シャトルランというのは決められた時間内に何往復走ることが出来るかを測ります。車いすの方も一緒に出来るよう距離を決め写真のように一緒に走りながら、声をかけあい練習を行っています。