

# パシオNEWS

障害者支援施設パシオ便り

7月号  
令和2年7月15日新

コロナウィルスの流行も長期化し、大変かと思いますが、今月も日々の施設での様子や行事、訓練の様子等を掲載し、ご家族の皆様にもお知らせしたいと思っておりますので、よろしくお願い致します。

## 今年の映画鑑賞会上半期まとめ！



利用者からアンケートを取って4回実施しました。午前と午後に分けて2作品の上映を3月～6月まで毎月1回ずつ行ないました。映画館のようなダイナミックなスクリーンで上映し、ポップコーンやポテトチップスにドリンクをつけ、楽しみながら行いました。皆さんから好評なので、7月以降も開催予定です。

## 8月の行事予定 医務から パシオ豆知識

- ①パシオポッチャ大会 (予定)
- ②パシオ映画鑑賞会 (予定)

※新型コロナウイルス感染症流行の影響により、施設内で実施できる行事を検討しています。

今年は新型コロナウイルス感染症への対策が続くこれまでに経験したことのない夏になります。マスクの着用や運動不足で熱中症のリスクが高まることから十分注意が必要です。パシオではエアコンの活用・換気・適宜マスクを外す・水分補給・健康管理・適度な運動を心がけ予防に努めます

土用の丑の日について書きます。夏の土用は一年の中で最も暑さが厳しいとされ江戸時代にはこの期間の丑の日を『土用の丑の日』と重視し柿の葉などの薬草を入れたお風呂に入ったり、ウナギを食べたりすると夏バテや病気回復などに効き目があるとされていました。

# パシオの笑顔！



今月のパシオの笑顔は、江口みどりさん、加藤浩介さん、志賀靖生さん、泉谷洋斗さんの4名です。来月も「パシオの笑顔」を掲載する予定となっておりますので楽しみにいただければと思います。



## 栄養士から パシオのスポーツ！

『コロナ禍をのりきる為の  
バランス良い食事』  
新型コロナウイルスが猛威をふるい感染する人が増えている中、免疫力を上げるには？

**亜鉛(あえん)を十分にとる**  
体の新陳代謝に必要な酵素を作る成分の他、たんぱく質の合成や遺伝子情報に関係します。細胞の生まれ変わりが活発な所では亜鉛の栄養が必要です。

(亜鉛の多い食べ物)

- ・かき貝 うなぎ 赤身肉 卵黄
- ・切干大根 そら豆 しそ 唐辛子
- ・チーズ類 牛乳 高野豆腐  
きな粉 ごま、アーモンド ｺｺ



これは昨年の12月に行われたスポーツ交流会のゴロバレーの画像です。バトミントンのネットをはさんで、ネットの下をバレーボールを通してプレーします。独歩の利用者や職員も必ず両膝をつけて座位を取り、はって移動しながら行う対面型のネットスポーツです。わかりやすい例だとゲームセンターにあるエアホッケーのようなどんな障害があっても楽しめるスポーツです。