

パシオNEWS

障害者支援施設パシオ便り

11月号
創刊3年11月15日新

コロナウィルスの流行も少し落ち着いてきました。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。

キットパスで絵を書きました！



日本理化学工業株式会社から仕事をいただいているキットパス（クレヨン）を使って原田陽将さんに「秋の森」をテーマにたくさん描いてもらいました。他の利用者も楽しんで見ている方もたくさんいました。

12月の行事予定 医務から パシオ豆知識

- ① パシオボッチャ大会
(予定)
- ② パシオクリスマス会
(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。

先月から自治会が中心となって歯磨きチェックを行うようになりました。歯磨きを推奨するポスターも掲示してくれています。口腔ケアは虫歯や口腔内の病気を予防するだけでなく、ウイルス感染症の予防へも効果絶大です。コロナやインフルエンザが懸念されるこんな時だからこそ口腔ケアがとても大切になります。

秋といえば何故「食欲の秋」？一つ目の理由は夏バテ。夏バテをして食欲がなくなった体は栄養不足になっており秋になるとその養素を補うためだとか。二つ目の理由は冬眠が関係し人間も実は冬眠の本能が残っており冬眠前になるとこの季節は脂肪を溜め込もうとするのだそうです。

パシオボッチャ大会!



10月30日(土)パシオボッチャ大会が開催されました。今回も最多の5回優勝している四ツ谷力さんが圧倒的な強さでトーナメント戦を制しました。また、来月も開催予定です。

栄養士からリハビリから!

新米っていつからいつまで?

おいしく食べるポイントとは?

毎年秋になると新米が出荷されお米がおいしい季節となりますね。

秋に収穫しその年の12月31日までに精米され包装したお米が新米です。

新米をおいしく食べる為に炊き方と共に気をつけたいのがお米の保存方法です。最適な保管場所は、冷蔵庫の野菜室です。精米後お米は時間が経てば表面の脂肪が酸化して味が落ちるとされています。しかし、15度以下にするとそれを防ぎ害虫も出ません。容器は専用保存容器やペットボトルもお勧め。

パシオももうそろそろ新米に切り替わる時期を迎えています。お楽しみにネ!!

北海道障害者スポーツ協会から記念品が来ました!



今年の全国障害者スポーツ大会は残念ながら中止となってしまいましたが、北海道障害者スポーツ協会から記念品と賞状が届きました。中には伊勢木綿で出来た袋の中に一粒の真珠が入った三重県ならではの素敵な物もありました。来年は栃木県です。開催がどうなるかは不透明ですが、スポーツ活動も頑張っていきましょう。

利用者の様子!

11月号
NOZ



