

パシオNEWS

障害者支援施設パシオ便り

7月号
令和4年7月25日新

夏の季節を感じる季節となりました。今年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いますので、よろしくお願い致します。

グループホームパシオ開設しました！



7月1日（金）に障害者グループホームパシオが開設しました。地域での自立へ向けた生活の役割を担います。パシオはグループホームと連携し地域ニーズの実現を目指します。又、パシオから3名の利用者が入居されています。

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）

※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。

夏の暑さを感じる季節になりました。汗などで水分などが不足しがちな季節になります。こまめな水分補給を心がけましょう。また、水分と同時にスポーツドリンクなどの飲料も摂取して、熱中症の予防に努めていきましょう。

このところ夏の暑さが厳しい年が続いています。この夏の暑さをはかる目安となるのが「真夏日」の日数。「日最高気温が30度以上の日」。1日の最高気温に着目して、それが30度以上であればその日は真夏日と呼ばれるということです。35度以上だと猛暑日と呼ばれています。

パシオボッチャ大会!



7月16日(土)にパシオボッチャ大会が開催しました。今回の優勝は木下修さんとなしました。今月も開催予定です。

栄養士から リハビリから!

『コロナ禍をのりきる為の バランス良い食事③』

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 ｺｯﾌﾟ



ポッチャ大会参加予定です



8月28日(日)
野幌総合運動公園で
行われる北海道ボ
ッチャ選手権大会に出
場予定です。毎月行
われているパシオボ
ッチャ大会の成果を
パシオボッチャクラ
ブのメンバーが成果
を出してくれるはず
です。
※コロナウイルスの
感染状況で中止にな
る場合があります。