

ぱすてるだより 5月 月号をお届けします

編集・文一金子 園(事務)

R01.05.23

保護者のみなさん、こんにちは！すでに常夏の陽気ですが、いかがお過ごしでしょうか。年々暑さが増し、いつかは春夏秋冬がなくなってしまうのではないかと心配しています。すでにこの暑さです！すでに汗だくです！体調管理にはお気をつけくださいね。

さて、5月は大型も大型！世間では10連休がありました。が、希望会では3日～5日のみ連休をいただき他の日は開所致しました。他事業所では閉所されているところも多く普段他事業所と併用されている利用者さんがたくさんぱすてるを利用され、いつもと違う利用者さんの組み合わせにより、かなり活気づいた生活介護となりました。いろんな意味で(汗)。また配食会社もお休みのため、この期間は生活介護・作業所共にいつもと変わった昼食の提供をさせていただきました。ご家族の皆さんには外部注文や調理活動が入り乱れ、頼まれるご家族さんにも悩ませることになってしまいましたね。ご協力ありがとうございました。作業所ではこの他に「藤三」でお好きな昼食を選んでいただく日もありました。カップめんにお好み焼き、パンなどに加えデザートも買ったりと自分で選ぶ楽しみを味わっていただきました。4/30、5/2はカレーライスとうどん・おむすびセットを作りました。5/2は天気もよく、うどんセットは、皆さんお腹がはち切れそうになったのでちょっと身体を動かした

「小田島公園」に行きました。連休中だったためたくさん遊びにきている人たちはいましたが、皆で散歩や滑り台を滑ったりと少しの時間ではありましたが、良い汗がかけました。気持ちよかったです。

生活介護では今月大きなレクレーションは行っておりませんが、新しい公園を見つけ、屋外活動にまた幅が広がりました！怪我や熱中症には注意を払いつつも、気候も今はまだ穏やかなので皆、汗をかいて楽しまれています。別紙でご案内しておりますが、年々暑さが増しているということで今年は6月から屋外活動の頻度と曜日を固定し、準備とリズムを整えて臨みたいと思います。もちろん屋外へ出ない日も、ダンスやエアロバイク等で屋内運動も並行しお体を動かす機会は作る予定です。「隠れ」熱中症にも注意しますね。またご家族の皆さんへご協力をお願いしたいのですが、利用者さんの中には「のどが渴いていないから」「面倒くさいから」という理由で飲水に消極的な方が意外と多いです。この時期はのどが渴いていなくても飲水するという習慣をつけるため、ご家庭でもお声かけをお願い致します。もし「このコップなら比較的飲みますよ」という物や、環境の工夫などありましたら、教えていただくと幸いです。

作業所では調理のレクレーションをしました。連休に引き続きこれでもかと調理3回目！(笑)

メニューはしょうが焼き・豚汁とおにぎりです。今回、皆さんにお願いするチャレンジメニューは「おにぎり」です。自分で好きな形のおにぎりを作っていただきました。形や大きさも様々で驚いたことに比較的男性の方が上手に握っておられましたよ！しょうが焼き・豚汁作りは野菜の皮むき・野菜切りなどいくつかの工程を分担して作りました。回数を重ねるごとに皆さんの包丁さばきは見事になってきています！しょうが焼き・豚汁は正直作りすぎたかなあと思っていましたが、な、な、なんと！完食！！おにぎりを6個食べた方もいらっしゃいました(汗)これは食べすぎ！！^^;食事の後は皆さんでちょっとした発表会をしました。それは「自己紹介をして、今回は調理で何をしたのか？担当したのか？そして今度は何を作りたいか？」などの発表です。皆さんのリクエストはホットケーキや焼肉、やきそば、たこ焼きなど間違いないメニューばかり候補が挙がりました。皆さんのリクエストにお応えできるようチャレンジメニューとして作っていこうと思います。

6月に入ると梅雨の時期がやって参ります。昨年の西日本豪雨から1年が経とうとしています。今一度あの時の恐ろしさを思い出し、ご家庭での避難グッズや水分、近くの避難場所の確認など今うちからしておいた方がよろしいかと思ひます。やりすぎたからとい

A decorative header featuring a field of green grass with various colorful flowers (yellow, pink, red) and numerous butterflies in different colors (blue, purple, orange, pink, green) flying around. In the center, there is a small flag on a pole with the Japanese characters '5月' (May) written on it.

ぱすてるだより 月号をお届けします

って損することはありません。楽しくもあり危険でもある夏に向けてみんなで乗り切りましょうね！
体形が気になる季節にもなるのでがんばって身体絞らないとー！
(個人的な悩み^^;) 来月号もお楽しみに～！！