



日野療護園
フォーシーズンズ

東京都
社会福祉
事業団



Four Seasons

No.77

2017年8月25日 夏号

発行/編集：日野療護園 〒191-0034 日野市青川245-1 Tel.042-593-2421 Fax.042-593-0075 E-mail:hinoryo@hinoryo.org HP: http://www.hinoryo.org

たま えんそうかい 多摩スマイル演奏会

7月30日。今年も多摩スマイル吹奏楽団様が園内にて、演奏会を行って
くれました！！

暴れん坊将軍のテーマ曲や名探偵コナン、宇宙戦艦ヤマト、そしてジブリ
メドレー等、時代劇からアニソン、映画曲という様々なジャンルの音楽を素敵
な楽器のメロディーで奏でいただき、入居者さんの表情もとてもニコニ
コと感情豊かになっておりました！！

中には身体を揺らしてリズムを刻む方や知っている曲の歌詞を口ずさむ方
もおりとても楽しませておりました。

多摩スマイル吹奏楽団様には毎年、素晴らしい演奏をして頂いております。
今年も素晴らしい演奏をして頂き、ありがとうございました！！

(記：小松)



あきまつ よこく ふれあい秋祭り 2017 (予告)

今年の秋祭りは、10月14日(土) 10:30~15:00 で開催いたします。楽しいゲームやおいしいお店がい
っぱい！皆さま、ぜひいらして下さい。

素敵なステージ出演者(予定)は、・中央大学チアリーディング部・府中東高等学校和太鼓部OB・OG
だけきだん・多摩スマイル吹奏楽団・中央大学タップダンスサークル、落川ジャズバンド等々。豪華な出演者
達がステージを盛り上げます。お楽しみに！(記：石川)

しょうがいしゃ たいかい
障害者スポーツ大会



6月3日、夏の日差しの強い中、今年も駒沢オリンピック公園総合運動場にて、第18回東京都障害者スポーツ大会が開催されました！！

日野療護園からは、昨年同様、4名の入居者の方がエントリー（参加）されました。

ソフトボール投げ、手動車いす 100m走、電動車いす 30m走、電動車いすスラロームの計4種目に参加されました。参加された入居者の皆さんは、大会前から熱心に練習を重ね、競技に挑んだ結果、見事！ライバルたちに競り勝ちメダルを獲得された方も…残念ながらメダルを獲得できなかった方も…皆さん最後まで笑顔で競技を楽しまれていました。

また、普段はあまり食べないお弁当をボランティアさんと一緒に食べたり…、競技とは別の楽しみも味わい&感じながら、怪我もなく無事に一日を終えることができました。

(記：斉藤)



しょうがいしゃ たいかい
障害者ボッチャ大会

7月22日の土曜日、第18回東京都障害者ボッチャ大会が開催されました。

日野療護園からは、4名の入居者の方が2人1組でチームを組み、男性チーム、女性チームの2チームに分かれて競技に参加しました。

ボッチャは、日野療護園の生活介護（日中活動）で週2回行っていますが、日中活動とは別に、この日のために、選手となる入居者と補助員となる職員とが一緒になって、練習を重ねての競技参加をしてきました。

さすがに、パラリンピックの正式種目となっていることもあり、大会にエントリーしてくるチームはどこも強豪ぞろいでしたが、男女ともに1勝することができました。

特に女性チームの1勝は、見事に接戦を制した、大逆転での勝利でした！！

(記：斉藤)



<ボッチャとは…>

ヨーロッパで生まれた重度脳性麻痺などの障害者のために考案されたスポーツです。ジャックボール（目標球）と呼ばれる白いボールに、赤・青のそれぞれ6球ずつボールを投げたり、転がしたりして、他のボールに当てたりして、いかに近づけるかを競うスポーツです。

夏の水分補給、食品衛生について

夏本番の季節になりました。人は尿や不感蒸泄（呼吸や皮膚から失われる水分）などで、1日に約2～2.5ℓの水分が体外へ排出されます。水は体内で各種物質の運搬、電解質のバランス維持、体温調節などに重要な働きを担っています。

特に夏場は汗で身体の水分が失われやすくなり、熱中症や脳梗塞、心筋梗塞の発症リスクが高くなると言われています。就寝前や起床時、外出時などこまめな摂取を心がけましょう。そして、のどが渇く前に、意識して摂る事で上手な水分補給ができます。

また、夏場は食品が傷みやすいため、取り扱いにも十分注意が必要です。食品に触れる前に手を洗う、生鮮品は購入後できるだけ早く冷蔵庫に入れる、冷蔵庫には多くても7割程度の保管にとどめる、といった事で食中毒を予防する事ができます。冷蔵庫に入れても食品の細菌はゆっくりと増殖します。過信せずに早めに食べ切りましょう。

(記：管理グループ 栄養士 石原)



日中活動の紹介



平日の曜日毎にステンシル、ボッチャ、カラオケ、絵手紙、マーブリングを行っています。

下の写真はボッチャ（左下）と絵手紙活動（右下）の様子です。

ボッチャは火・木曜日の午前に行っています。声援に後押しされて、毎回白熱した試合をしています。白々の練習の成果をボッチャ大会で発揮される入居者の方もいます。

絵手紙は、金曜日の午前活動しています。月に1回講師の先生が来られ、入居者の方も楽しみにしている活動の一つです。季節の花や野菜、イベントなどを題材にしながら、個性あふれる絵手紙を作製しています。

施設入居者、短期利用者、通所利用者の方が興味のある活動に自由に参加され、毎日、楽しく過ごされています。また、午後には生産活動として、地域のお祭り等に出店した際に出品するピース作品やフォトフレームなども作製しています。

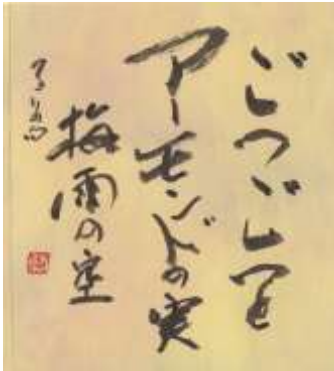
(記：事業推進グループ 祢山)



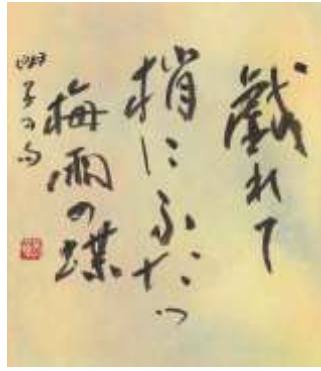
ボッチャの様子



絵手紙活動の様子



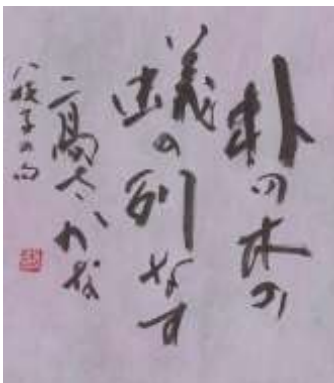
ごつごつと アーモンドの実
梅雨の空
るりの句



戯れて 梢にふたつ
梅雨の蝶
明子の句



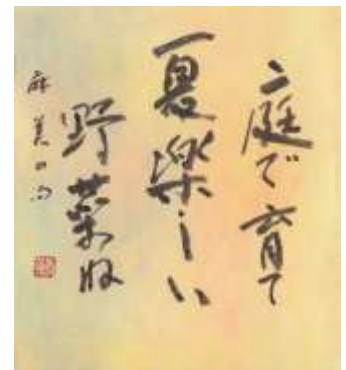
俳句 (木の実の会)



木の木の 蟻の列なす
高さかな
八枝子の句



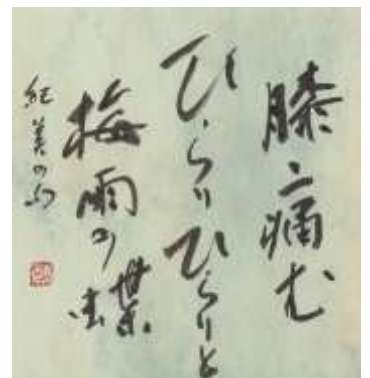
七変化 大山小山
風の経
博吉の句



庭で育て 夏楽しい
野菜ね
麻美の句



老犬の 静かな躰
明け易し
洋子の句



膝痛む ひらりひらりと
梅雨の蝶
紀美の句

へん 編 集 後 記

暑い日が続きます。体調管理に気を付けて、小まめに水分補給を行い、夏を乗り切りしましょう。

(記：本間)