

# 青い鳥たより



～厚いふれあい広がる人の和、  
はばたけみんなの青い鳥～

第44号 2018年8月発行

障害者福祉センター 厚和寮  
TEL : 0857-28-0860

は、DUO西村様の暖かみのある歌声で  
のギターの弾き語りに聞き惚れ、職員、  
利用者様の有志によるしゃんしゃん傘踊り  
りで大変盛り上がりま  
した。  
祭りの最後  
に行われたの  
は、お待ちか  
ねの抽選会。  
事前に配られ  
た番号札を



行われるベ  
ピカステラ  
やアイスク  
リーム等の屋  
台や、ポウリ  
ング等のゲー  
ムコーナーに  
足を運び、思  
い思いの時間  
を過ごしまし  
た。その後行  
われた演奏で

八 月一日(水)毎年恒例の夏祭りが  
開催されました。今年は、昨年末  
とは違いお昼に開催することとなり、  
職員、自治会代表の利用者様と一緒に準  
備を行ってきました。  
迎えた当日、自治会長の挨拶で会食が  
スタート。焼きそばやお寿司といった普  
段とは違う食事に皆、大満足。会食が終  
わると、寮内

## 二〇一八夏祭り



## 園芸セラピー

今年度も厚和寮では園芸セラピー  
を行います。春には玉ねぎを収穫し  
ていただきます。お味噌汁の具と  
していただきます。又、先日  
には落花生と大豆を植  
え、収穫は  
まだかと  
待ち遠し  
い様子の  
利用者様



持って、抽選  
機を回す幸運  
の女神に注目  
します。自分  
の番号が当た  
り喜ぶ人、外  
れてがっかり  
する人さまざま  
な反応があり、  
期待と緊張に  
包まれた抽選  
会になりました。

### 楽しい時間はあっという間に過ぎ去り

今年はお昼の開催ということもあり  
大変暑い中で行われました  
が、来ていただいたボラン  
ティアの方々協力もあり、  
とても素敵なお祭りにな  
りました。本当にありが  
とございました。来年の  
夏祭りも楽しんでいただ  
けるよう、自治会と協力を  
実施していきたいと思  
います。(米花)



もおられます。  
湖陵高校の生徒さんと一緒に活動が  
来て利用者様もとてもいきいきと嬉し  
うです。生徒の皆様、先生方暑い中本  
にありがとうございます。後期に向け  
ても引き続き宜しくお願いします。(下田)

## 栄養士から



暑い日が続く、冷たい食べ物や飲み  
物が減退する夏だからこそ、タンパク  
質が必須になってきます。麺類などさ  
ぱりしたものばかりに偏らないよう、  
肉、魚、卵、大豆製品などのタンパク  
質を積極的に摂るようにしましょう。  
食事に酸味をプラスする事で食欲  
増進とともにクエン酸の効果で疲  
れ回復も期待できます。  
暑い夏だからこそ、規則正しい生活  
と適度な運動を心がけ暑さに負けない  
身体作りをしていきましょう。(六戸)

適切な水分補給  
で、夏を乗り切  
りましょう!

