

～医務室より～

今年の夏は全国的にも、昨年以上に暑い日が続いているようです。テレビ・ラジオ等あらゆるところで熱中症予防が警鐘されています。

又、年に2回の利用者様の健康診断（前期）を実施しましたので健診結果を送付しております。

各利用者様の主治医に診て頂き必要時は受診をしておりますが、ご家族様のご協力よろしくお願い致します



コロナウイルス感染症も大11波となり感染者数が増えてきています。厚和寮でも熱中症予防と共に感染予防をしながら皆様の体調変化を見逃さない様に努めている所です。

～栄養士より～

蒸し暑い日が続きます🌸🌸

○冷たいものばかり摂ってしまうと…

- ・ 内臓に負担がかかる
- ・ 胃腸の働きが低下してしまう

👍 喉の乾きを感じる前に、
こまめに水分を摂取して脱水を防ごう

○食欲も低下しやすい

- ・ 喉ごしの良い冷たい麺類
- ・ 炭水化物に偏った食事になりがち

👍 肉や魚、卵や大豆製品などたんぱく質を多く含む食材の摂取

👍 ビタミン・ミネラルを含む野菜の摂取

👍 食欲増進に香味野菜や香辛料を取り入れるのもおすすめ

空席になっていた管理栄養士が配置され3年ぶりに栄養ケアマネジメントが再開されました。
ご利用者ひとり一人に適した栄養ケア計画を作成し、食から皆様の健康を支えます。

編集後記

年々夏が記録的な暑さとなり、最高気温35℃超えが当たり前のようになっています。利用者の体調を気かけながら、体調を崩さずに夏を乗り越えられるよう関わっています。

フランスではオリンピック・パラリンピックが開催されており、利用者の中には夜更かしをして熱戦を応援している方もいます。9月には厚和寮でもスポレク祭がありオリンピックに負けない熱戦の様子をまた青い鳥たよりを通してお届けできればと思っています。

第67号 2024年8月発行 障害者福祉センター 厚和寮

TEL (0857) 28-0860



青い鳥たより

厚い触れあい広がる人の和 はばたけみんなの青い鳥

夏祭り



7月24日に厚和寮の夏祭りを行いました。

今年度はご利用者の要望に応え、職員有志によるしゃんしゃん傘踊り披露がありました。友愛寮職員や鳥取湖陵高校の先生にも参加いただき、大変な盛り上がりでした。

かどっこ商店様、鳥取湖陵高校の生徒・先生、友愛寮利用者・職員の皆様、楽しい一時をありがとうございました。



鳥取湖陵高校現場実習

鳥取湖陵高校生が授業の一環で月1回ペース厚和寮へ来られます。
年間を通じて利用者とマンツーマンで関わり、障害の理解につながっています。多くの生徒さんが医療・福祉分野に進まれ、厚和寮に勤務する卒業生もいます。



お花クラブ

お花クラブは毎月1回活動しています。
参加利用者お一人おひとりが真剣に、上手にお花を生けています。作品は各所に展示し寮内を明るくしてくれます。

ノバリア

布勢運動公園内の鳥取ユニバーサルセンターノバリアへ行き、地域の参加者やインストラクターの方と一緒にボッチャや卓球バレーに挑戦しています。笑って、悔しんで、楽しんで。体を動かして気分転換ができます。



事務職員の異動がありました

寺族会婦人会の皆様により厚和寮敷地内の除草作業をしていただき、きれいになりました。
ありがとうございました。



よろしくおねがいします
(事務局から)
事務主事 長尾 ひかり



ありがとうございました
(障害者支援センターくらしへ)
次長兼総務企画主幹
松井 武志



七夕飾り

皆の願い事が叶いますように...

