所在地 〒671-0111 姫路市的形町 的形3564

TEL 079-247-8855

## 生活介護

「心も体も元気に」を目標に、活動では体力維持や 衛生管理等に力を入れています。行事では夏の風物詩 「そうめん流し」を7月に行い、保護者の方にもご参加 いただき大いに盛り上がり楽しみました。誕生者外食 ではお好み焼き屋へ出かけ、いつもとは違った雰囲気 で楽しく食事してもらいました。今後も、季節の行事 や日帰り外出などで新たな発見ができるように計画し ていきます。これからもみんなで楽しみましょう。

## 就労継続支援B型

今年度から「神戸コーティング」というガラスコーテ ィング作業に新たに取り組んでいます。

「DM、ごりんや、神戸コーティング」をメインとして 取り組んでいます。

弁当配達、コーティング無料体験施工と別紙にて 同封させていただいているチラシに詳細、連絡先を記 載させていただいております。お気軽にお声掛け下さ

利用者さんも暑夏の中、施設内外の作業を日々頑 張られています。皆様、いつもありがとうございます。











## 編集後記

5月から新元号の『令和』が始まり、早2ヶ月が経ちました。

今年の梅雨は開始が遅く、例年よりも長く続きました。

梅雨の時期は気圧の変動が激しく、障害の有無に関わらず体調を崩しやすい時期です。また、夏も年々と 暑さが増していて熱中症の危険も高まってきています。

私自身も高齢の祖母と住んでおり、毎年この時期になると部屋の温度を適度に保てているか気に掛ける 日々が続きます。

利用者の皆さんに快適に生活していただくため、6月下旬に全館エアコンの改修を行いました。

お誕生日おめでとう

7月13日 加納 晴美 さん

7月20日 鈴木 七瀬 さん

7月23日 大島 純一 さん

7月27日 八木 啓太郎 さん

7月28日 長谷 江利子 さん

8月 2日 鍛冶 悦子 さん

8月18日 妻鹿 妃佐子 さん

8月27日 上西 貴広 さん

宿泊旅行では数年ぶりとなる東京ディズニーランドへ行ったり、バーベキューやばんたん親善運動会への 参加などの活動で利用者の皆さんの笑顔が見れる様に努めて行きます。

今後も広報新聞をメインとしてホームページ、フェイスブックを活用してご報告していきます。

純平 さん

9月 7日 林

10月18日 横山 浩之 さん

10月20日 竹中 知樹 さん

10月23日 井上 美智子 さん

10月23日 福井 明日香 さん

12月14日 高橋 由香 さん

12月18日 前川 智恵子 さん























オリオンでは、療育支援や学習指導を行うとともに、学校卒業後 の就労に向けて作業訓練も取り入れています。安全で安心できる生 活の場を用意し、コミュニケーションを図りながら、多くの事を学ん でもらえるように様々な活動等を提供しています。「遊び」の中で児 童同士でルール等の話し合いを設けたり、他者認知を深める為の集 団活動を取り入れ、個別での支援では得られない成功体験を積み 重ねてもらい、やる気や自信を養ってもらう等の支援も行っていま

4月より、より一層の支援内容の充実を図るため、利用日の固定 化を取り入れ、一人ひとりにあった支援を行う時間も多く取り、創意 工夫を図り、自己選択や自己決定を促し、自己肯定感を育めるよう 支援を行っています。

今後も日常の生活体験や年間を通したイベント、制作活動などの 活動を通じて、コミュニケーションを図りながら、利用される児童の 方が「オリオンに来て楽しい」と思っていただけるように職員一同精 一杯頑張らせて頂きますので、今後ともよろしくお願いいたします。





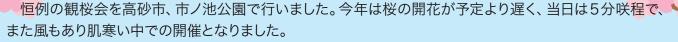




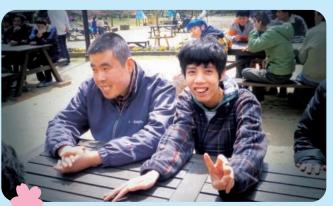
URL http:// gorin-kai.com/

社会福祉法人 五倫会 指定障害者支援施設 姫路暁乃里





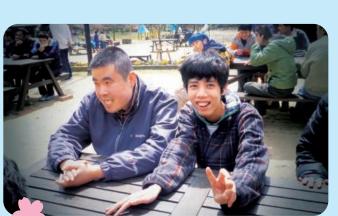
普段は決まった食事席で食べていますが、この日はいつもと違う席、違う利用者さんと職員が一緒に桜を 観ながら、今年も「ごりんや」特注の春野菜や旬な食材を使った豪華なお花見弁当を食べ、皆さん舌鼓を打 たれていました。ボリュームたっぷりのお花見弁当を食べた後は、各自自由に公園内を散策され、それぞれ に気に入った場所で写真を撮ったり、花見を満喫され季節を五感で感じて頂けたと思います。利用者さんか らは「次の行事も楽しみだ」と言う声が聞かれていました。本年度も利用者さんの生活の質の向上を目指 し、日常生活はもちろん、行事にも精力的に取り組んで行きたいと思います。











# 「姫路暁乃里」の行事及び外出の様子をお伝えします!

# 海辺でBBQを楽しむ会

6月5日(水)に利用者さんと一緒に的形の海水浴場へBBQに出掛けました。当日はとてもいい天気に恵ま れ、絶好のお出掛け日和でした。海水浴場なのでBBQ会場はもちろん綺麗ですし、さらに屋根付きのスペースも お借りする事ができるので利用者さんにはゆっくり食べてもらう事も出来るいい場所でした。食材はごりんやで 注文を行い、当日に現地まで直接持ってきてもらう事で新鮮な物を用意でき、そしてたっぷりのお肉と野菜、大 きなおにぎりをたくさん注文したので皆さんにお腹いっぱい味わっていただけたかと思います。当日は満潮で潮 干狩りが出来なかったですが的形海水浴場は潮干狩りも楽しめる場所ですので来年は是非BBQだけでなく潮 干狩りも利用者さんと一緒に楽しみたいです。



















今年のばんたん親善運動会は雨雲が広がり、「大丈夫かな」という思いで参加しました。

午前中は「玉入れ」「綱引き」「はこ棒ね」などがあり、頑張って身体を動かしました。徐々に雨は降り出し、お 昼休憩の楽しいお弁当の時間は雨も本降りとなり、午後からの競技は中止となりました。最後に笑顔で雨の中、 「ジンギスカン」を踊り今年の運動会は終わりました。



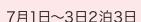








## 東京ディズニーランド・ 東京ディズニーシー 2泊3日の旅



利用者6名、職員2名で東京ディズニーランド・東京ディズニーシーに行ってきました。東京の旅は5年ぶりでした。







パレードを見てキャラクターに手を振ったり、音楽に合わせてリズムをとったり、とても楽しんでいる姿が見られ ました。乗り物にも乗り、ミッキーマウスと写真が撮れました。距離が近く少し驚く様子も見られましたが素敵な 記念に残る1枚が撮れました。







# 給食だより

いつもお世話になっております。日清医療食品です。

梅雨の季節も明け、いよいよ夏本番を迎えます。しかし、夏本番前の季節の変わり :崩され、すでに夏バテの方もいらっしゃるのではないでしょうか?

夏バテは普段の食生活でしっかり栄養を補うことが大切です。利用者の皆さんには 元気に暑い夏を乗り切ってもらうために栄養課では献立に旬の夏野菜を取り入れ、食

利用者の皆さんの「おいしかった」という言葉と残食ゼロを目指してこの夏も一層努 力していきたいと思います。

7月7日に七夕メニューを提供させていただきました。

旬の夏野菜で切り口が星型で可愛らしいオクラと食欲を増進させてくれる梅干、そ して疲労回復の効果のある豚肉を使ったさっぱりとしたそうめんを作りました。

試行錯誤しながら作ったので「おいしい!」という言葉を利用者さんから頂くことが でき、努力が実りとてもうれしく今後の励みになりました。

土用の丑の日が7月27日にありました。

利用者の皆さんにはうなぎの蒲焼きを提供しました。

土用の丑の日の由来は、夏バテ防止のためにウナギを食べるという習慣が定着し のは、江戸時代中後期になってから。売り上げ不振に悩んだウナギ屋から、相談を受 けた平賀源内が「今日は土用の丑の日」と書いた張り紙を出して宣言し繁盛したそう

丑 (うし) の日に「う」 の付く物 (うどん・うり・梅干など) を食べると体に良いとの言 い伝えがあります。



















## 夏バテとは

高温多湿な夏に体が対応しきれなくなった「適応障害」と考えられています。 夏バテ回復のポイントとして、規則正しい食生活があげられます。 今回は1日3食の中で、是非おすすめ栄養素・食材を紹介していたいと思いま

ビタミンA

人参、かぼちゃ、

## たんぱく質

しっかりした体を作るのに 必要な栄養。

豚肉、ごま、うなぎ、大豆、 かつお、玄米などに多く含 まれています。





## 体の抵抗力を高めてくれる 働きがあります。 レバー、うなぎ、

赤ピーマン、 にらなどに多く 含まれています。



ネバネバ野菜に含まれる粘り成分は胃粘 膜を保護し、弱った胃腸を守ってくれる働 きがあります。さらに、たんぱく質の消化 吸収を助ける働きもあるため、たんぱく質 と一緒に摂取するといいです。

ネバネバ成分が多い野菜は、オクラ、山 芋、モロヘイヤなどがあります。



