

リハセン通信

2019年度
8月号

残暑厳しき折ではございますが、ご健勝にお過ごしのこととお喜び申し上げます。今年は冷夏の予想も出ていましたが、連日の猛暑が続いています。熱中症も話題ですが、その人の年齢・体調・病気・水分の取りかた・住居の環境・運動や労働の程度・暑さに慣れているかといった、いろいろな要素がからんで、熱中症は起こったり、起こらなかったりするとの事で個人差も大きいようです。予防の為に、適切なエアコンの使用と水分摂取・休息をしっかりとする事が重要です。

まだまだ暑い日が続きます。体調管理をして残された夏を満喫したいですね！

納涼会を行いました



先日、リハセンの二大行事の一つである「納涼会」が行われました。

今年は旅館での調理経験豊富な利用者様に、オードブルを作っていただきました。就労にむけての実地訓練として、メニューの考案から、材料のリストアップなど管理栄養士の協力のもと丸2日かけての調理となりました。

当日は30人前の調理ということでバタバタとした場面もありましたが、ローストポークや鰯の幽庵焼き・えびしんじょうなど本格的なメニューが並びました。調理場面も丁寧な下ごしらえ等プロの技がひかり、補助業務で入った職員も勉強になりました。皆さんからも『おいしい！また作って欲しい』とのコメントをたくさん頂き、

訓練としても納涼会としても大成功でした！！



訓練についてご紹介します



当センターでは週に1回選択コースとして、利用者様自身でお好きなコースを選べる時間があります。ふれ愛プラザの内には、1年中使用可能な温水プールが設置されており、当センター利用者もそのプールを使用しての訓練を行っています。

職員1名が見守り・指導に当たり、水中歩行や泳ぎ方の練習を2時間程度おこなっています。体力の向上はもちろんの事、泳力向上・余暇活動など目的は色々ありますが、メンバー同士で楽しみながらも、意欲的に取組まれています。もともと水泳に慣れ親しんでいた方から、学生以来久しぶりという方もたくさんいらっしゃいます。障害受傷後、なかなかプールへ行こう！！という方は少ないかもしれませんが、初めは怖いものの徐々に楽しみにされる様子が伝わってきます。センター利用中に様々な経験を行い、生涯スポーツに繋がるよう応援したいと思います。

社会福祉法人豊潤舎 **新潟県障害者リハビリテーションセンター**

〒950-0121 新潟県新潟市江南区亀田向陽 1-9-1 (新潟ふれ愛プラザ内)

TEL:025(381)8113 MAIL:n-rihacen@hojunsysa.jp FAX:025(381)8117