

# 播磨園だより

平成 30 年 7 月号  
発行 平成 30 年 7 月 15 日

〒679-5201

兵庫県佐用郡佐用町多賀 2268

TEL(0790) - 78 - 0168

e - mail [harimaen@meg.winknet.ne.jp](mailto:harimaen@meg.winknet.ne.jp)

HP <http://kusunokikai.org>

## 題名「ひまわりの中で」



相生で行われた、ハートフルフェアー作品展で、  
入選しました。おめでとうございます。

## ゆうあいスポーツ大会

生活支援員

平成 30 年 5 月 26 日(土)、県立三木総合防災公園第二陸上競技場で行われた第 12 回兵庫県障害者のじぎくスポーツ大会のフライング、アキュラシー・ディスリート 5 に 7 名が出場しました。

7 名全員は、大会一ヶ月くらい前より中庭で練習を頑張っていました。

大会当日は天気にも恵まれました。本番前にも素振りの練習をしておりやる気満々な姿が見られました。

とても暑い為、テント内で水分補給しながらお喋りもし、リラックスした様子でした。

いざ、本番。T さんは 10 回中、8 枚通り 1 位となり金メダルを獲得しました。首に掛けられると満面の笑みでメダルを見せてくれました。満足のいく結果でとても喜ばれていました。

K さんも 10 回中、4 枚通り 2 位となり銀メダルを獲得しました。メダルを首に掛けられるととても嬉しそうに見せてくれました。

それぞれに満足のいく結果や残念な結果もあったと思いますが全員頑張って大会に臨めたことは大きな思い出ですね。また、次も出たいとの声もありこれからも諦めずに頑張って欲しいですね。皆さん本当にお疲れ様でした。



## ばんたん親善運動会

生活支援員

5 月 25 日(金)に、加古川市立運動公園でばんたん親善運動会が開催され、10 名が参加されました。

天候に恵まれ、さわやかで心地よい風が吹く中、ラジオ体操から始まり、玉入れ、綱引き、はこ棒ねの競技が続きます。楽しみに動き回る姿にすがすがしさを感じました。

昼休み、美味しそうなお弁当を食べながら、ご家族と楽しげに話をしている方もおられました。

少しばかり暑くなり始めた午後も、元気に運動されていました。大玉おくり、オセロゲームの激しい競技が続いていましたが、最後の競技まで力いっぱい参加できている様でした。

ジンギスカンダンスで、仮面ライダーが登場すると、W さんや S さんは一緒に写真を撮ってもらい、嬉しそうでした。チームであった青組は優勝できませんでしたが、大きなグラウンドで力いっぱい運動した思い出はかけがえのない物になった事でしょう。

来年も参加できるよう、日ごろから元気に身体を動かしていきましょう！



## 春季ハイキング

### 生活支援員

5月28日(月)に利用者さん全員で春季ハイキングに参加されました。

園内では全員出発後にバルサン散霧し害虫駆除も行いました。生きがいドーム到着後は、館外を散策したり、キャッチボールやバドミントンをして遊んだり、中には雑誌やラジカセを持参される方も居られ、皆さん、それぞれに楽しまれていました。お昼前に本日よりトライやるウィークで上津中学校の生徒さんが1名参加と4月より来られた新任職員の自己紹介がありました。

利用者さんは新任職員に興味津々で一緒にお話をしたり、ボール遊びをされる姿も見られました。お昼は皆さんお待ちかねのお弁当です。椅子に座って食べられたり、ブルーシートの上でだったり、外の空気を吸いながらだったり好きな場所で食べられていました。皆さん、お弁当のお味はどうでしたか？お昼の後は、食後の運動にボール遊びや館外へ散策に出掛けたり、お昼寝をされる方も居られました。その後、またまた皆さんお待ちかねのお菓子とジュースです。ジュースは4種類の中から好きな物を選んでもらいました。お外で飲食するのもたまにはいいものですね。

普段園内では味わえない事が出来、また有意義な時間を過ごすことが出来たのでは、と思います。

最後に、当日お忙しい中、ご参加して下さいましたご家族の皆様、本当にありがとうございました。

来年もまた皆さん元気で参加出来たらいいですね。

## ハンドメイドキッチン

### 「ナスと豚肉の豆板醤炒め」

○材料(4人分)：1人分315kcal

- ・豚肉 . . . . . 300g
- ・ナス . . . . . 4個
- ・ピーマン . . . . . 4個
- ・にんにく . . . . . すりおろし大2
- ・豆板醤 . . . . . 大1強
- ・鶏ガラスープ . . . . . 大1強
- ④水 . . . . . 1/2カップ
- ④砂糖 . . . . . 大1
- ④しょうゆ . . . . . 小2
- ⑤水 . . . . . 大1
- ⑤片栗粉 . . . . . 小2
- ・サラダ油 . . . . . 大2

### ○作り方

- ① 豚肉は食べやすい大きさに切り、ナスはくし型、ピーマンは縦2センチ幅に切る。
- ② フライパンに油、にんにく、豆板醤を熱し、豚肉、ナス、ピーマンを加えしんなりするまで炒める。
- ③ 鶏ガラスープと④の調味料を加え、煮立ったら⑤の水溶き片栗粉でトロミをつける。

○豚肉に多く含まれる、ビタミンB1には疲労や倦怠感を予防する効果があり、ナスに含まれるポリフェノールには免疫力をアップしてくれる効果があります。

これから、夏本番の季節がやって来ますが、しっかりと食事をして暑さを乗りきりましょう。



# 行事予定

## 7月

- 5日 南光小学校との交流会
- 10日 耳鼻科往診(男性)
- 15日 家族会面会日
- 18日 内科往診
- 24日 耳鼻科往診(女性)

## 8月

- 9日 保育実習(19日まで)
- 11日 多賀地区納涼祭(12日予備日)
- 22日 内科往診

## 9月

- 多賀地区敬老会
- 19日 内科往診

## 10月

- 17日 内科往診
- 21日 播磨園祭

## 多賀地区共催納涼祭

日時：平成30年8月11日(土)18時～

場所：多賀ふれあい広場

多くの方のご参加お待ちしております。



# 新任職員挨拶

生活支援員

7月からお世話になっております。分からないことが多く、先輩方には迷惑をおかけしていますが、早く仕事を覚えられるよう努力して利用者の方からも信頼してもらえるように頑張っていきたいです。



## ☀お知らせ☀

6月をもちまして、播磨園でご活躍されてきた2名の職員が退職されました。長年のお勤め、お疲れ様でした。ありがとうございました。

### 訃報

長年にわたり播磨園で生活されておられました利用者のYさんが、7/10に亡くなられました。心からご冥福をお祈り致します。