

障害者支援施設



# たちばな園だより



たちばな園 TEL:(0820)73-1011 FAX:(0820)73-1446

令和5年度第3号

「その人らしさを大切に」～みんなの笑顔のために～

## ニュースポーツ大会



スポーツの秋!

ごあいさつ

園長 丸林稔夫

あまりにも暑すぎた夏が終わり、蜜柑や柿が色づき、過ごしやすい季節になりました。

世間一般ではコロナは終息し過去の出来事のような感覚で、自粛してきた行事やイベントが復活し、賑やかさが戻ってきています。

しかし、集団生活の場である施設の中では今もコロナに対する恐怖が残りつつ、面会や外泊、園外活動等の制限を緩和しつつある状況です。さる十月二十六日には他施設利用者との交流を目的としていた「ふれあいスポーツ大会」をたちばな園単独行事としてグランドゴルフをはじめとする「ニュースポーツ大会」として開催しました。少し暑い日でしたが、利用者の笑顔の中で過ごすことができました。

今後も、たちばな園に対す  
る暖かいご指導ご協力をお  
願いいたします。

# 外出がまたはじまりました！



## 医務だより

### 教えて！看護師さん

Q. かくれ肥満(ひまん)ってどういうものですか？  
隠れ肥満とは

スリムなのに体内に内臓脂肪がたくさんついている状態。代謝・免疫が下がり病気にかかりやすくなる。

原因としてはバランスの悪い食事や運動不足によって、メタボリック症候群と同じような不健全な状態になっています。

#### バランスの悪い食生活

高齢者では食が細く、食事を少量しか食べないことが続くと、筋肉の材料であるタンパク質やタンパク質を作るために必要なミネラルなどが不足して、筋肉が形成されなくなってしまうのです。

#### 運動不足

運動をしないかつ極端なカロリー制限をしていると、筋肉量が減って基礎代謝が落ちてきてしまいます。

## 給食だより

### 教えて！栄養士さん

Q. ごはんは3回に分けて食べた方がいいですか？

食事は、生命維持に必要な栄養素を取るために必要なだけでなく、食材から季節を感じたり、誰かと一緒に食べることで社交性の構築を助けたり、食べる動作や視覚・嗅覚などから五感を刺激したりとさまざまな効果があります。

さて、3回に分けて食べた方が良いか？という質問ですが、その人の生活習慣の中で、しっかり考えてあげる事だと思いますので、即答できません。

しかし、睡眠障害など食習慣に関連したさまざまな症状があると思いますので、極端な食事抜き等はやめて、自分の体内リズムを知り食事を摂ることは大切だと思います。

## ★たちばな園相談支援事業所のご案内★

相談支援事業所では、障害をお持ちの方が福祉サービスを利用する際のサービス等利用計画書の作成を行っております。

- ・日中生活相談：日常生活の中でお困りのことがありましたら相談をお受け致します。
- ・情報提供と利用支援：生活に関する情報を提供しています。必要に応じて制度の情報提供や手続きについてのお手伝いを行います。
- ・専門機関の紹介と連携：相談内容に応じてさまざまな専門機関をご紹介します。

☆相談方法：電話、来所、訪問

お気軽にご相談ください。（相談は無料です）  
TEL 0820-73-5010 （担当：中本、藤谷）

## たちばな園利用案内

### 《入所・ショートステイ・日中一時支援》

ご利用を希望される方は、当園にご相談ください。

### 《施設見学・体験入所》

・事前にご連絡いただければ、施設見学を受け付けます。  
・「体験入所」を希望される方は当園までお問い合わせください。

### 《問い合わせ先》

・たちばな園 TEL 0820-73-1011（担当：多田）  
・ホームページ <https://jigyodan-yg.jp/tachibana/>

## ☆感染予防対策☆

- ①毎日朝夕に利用者の検温実施。
- ②定期的に換気を実施。
- ③手洗い・うがい・消毒を定期的に実施。
- ④職員の抗原検査を実施。
- ⑤利用者職員の予防接種実施

日々、感染予防対策を行い、  
利用者の皆様が安心して過ごせる  
よう取り組んでいます。

# マウンテンマウスライブ再開



久々の歌とトークにみなさん大喜びでした！

## カメラDEお散歩 (園外実習の様子)



ジャムズガーデンブルーベリー収穫と久賀公園清掃  
暑さに負けずがんばりました

### 編集後記

世間も日常を取り戻しつつあります  
が当園でもようやくお出かけの様子や  
外部との交流を載せることができまし  
た。今後も更に楽しい様子をお届けで  
きたらと思います。

岡本(おかもと)

暑い夏も皆さん元気に乗り切り、これ  
から季節は冬に向かう事となります  
が、寒さに負けず楽しく過ごしたいです。

米重(よねしげ)

実りを収穫する経験が、ご利用者様  
の生きるパワーになったのではないか  
と感じます。今後も皆様の笑顔をお届  
けできれば幸いです。

中島(なかしま)

### ・お知らせ・

山口県社会福祉事業団の  
公式LINEアカウントです。  
全施設の紹介もしていま  
すので是非ご覧になってく  
ださい。

LINE  
Official Account



@486fuguuc  
Make friends on LINE



山口県社会福祉事業団

発行:たちばな園

〒742-2802  
山口県大島郡周防大島町油良  
1020

☎ (0820)73-1011  
Fax (0820)73-1446  
ホームページ  
<https://jigyodan-yg.jp/tachibana/>