



だての郷通信

ひびき

令和6年 8月号

発行 / 社会福祉法人あぶくま福祉会 生活介護事業所 だての郷

〒960-0657 伊達市保原町字中瀬町 100 TEL024-576-7799 FAX024-576-7815

8月の主な行事

- 8月 3日(土)・24日(土) 土曜利用日
- 5日(月)～8日(木) ミニドライブ週間
- 7日(水) ダンス教室
- 9日(金) 報奨金支給日
- 13日(火)～16日(金) 夏期休業
- 19日(月) ジュース購入日
- 21日(水) 8月生まれ誕生会
- 27日(火)～30日(金) 社会体験会
- 30日(金) 両施設保護者会合同役員会

8月生まれの皆さん

お誕生月おめでとうございます

佐藤晋也さん 渡辺正秋さん 後藤 勝さん
佐藤信也さん 二瓶 学さん

おめでとうございます！8月21日に誕生会を行います。お楽しみに。

法人創立記念日を祝って ジェラートのつどい行う！



食堂でジェラートをいただく利用者さんたち



7月21日(金)、社会福祉法人あぶくま福祉会の創立記念日祝賀事業として「ジェラートのつどい」をだての郷とほどはら授産所でそれぞれ行いました。

当法人は、平成元年7月21日に福島県の認可を受け設立され、今年で35周年をむかえました。昨年に引き続き今年もこの日に、利用者さんがジェラートを食べる集いを開き、法人の創立を祝いました。(6ページに続く)

クローバー班の皆さんを紹介します



ちょっとしたこと
にもすぐ気づく。
観察力抜群の渡辺
正秋さん



何事にも動じな
い。だての郷の親
分肌的存在です。
鈴木康展さん



時間に正確で几帳面。
つばさの会会長後藤
勝さん



昔のCMが大好き。記
憶力バツグン。
井田裕矢さん



コーヒー大好き。飲ま
ないならボクが貰っ
ちゃうぞ。
佐藤信也さん

面倒見がよく誰から
も好かれています。
尾崎隆信さん



よく気が付きお手伝
いしています。
佐藤晋也さん

食育コラム

今年度第2回目の食育コラムです。
夏が到来、気をつけなくてはいけないのが夏バテです。予防するにはどうしたらいいか、食育の観点からメフォス宍戸係長さんを書いていただきました。

夏野菜を食べて 夏バテ防止を！



株式会社メフォス福島第一事業部
福島事業所第3課係長 宍戸和江



空にはもくもくと大きな入道雲が見られるようになりました。

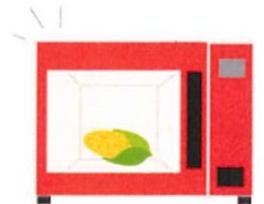
いよいよ夏も本番です。水分補給や適度な休憩など熱中症対策をおこないましょう。



8月31日は「やさいの日」

野菜をたくさん食べて健康を維持しましょうという日です。

暑い夏の日の料理はちょっと大変。電子レンジを使って「レンチン」すれば、野菜の組織が軟化して消化吸収しやすくなるうえ、カサが減ってたっぷり食べる事が出来ます。サラダだけでなく煮物炒めもので効率よく摂取しましょう。



夏バテ予防のポイント

食欲ないなあ・・・のときには

1. 睡眠不足はダメ！
2. バランスのいい食事を！
3. 適度な運動で汗をかく！

昔ながらの知恵を借りて、暑い夏に食欲が出ない

時はこんな工夫をしてみませんか。

- ・梅干しを使った料理
- ・のど越しのいいねばねば食品
- ・香辛料やスパイスを活用
- ・爽やかさを愉しむハーブ



消化を助けて、食欲を up させてくれる

食べ物を選んで暑い夏を乗りきりましょう。





だての郷では、食堂で集いを開き、中木理事長から「今日は法人の35回目の誕生日です。みんなで法人の誕生日をお祝いしておいしいジェラートをいただきます」とあいさつ。そのあと、順番に玄関前にチャーターした国見町のジェラート移動販売車Gelato 319に行って、事前に聞き取りをしていたジェラートの食券を店員さんに渡し、希望のジェラートを受け取って、食堂でいただきました。

この日は朝から蒸し暑い日でしたが、冷たいジェラートをいただき、涼しさも味わい、有意義な法人の創立記念日のお祝いになりました。

利用者と保護者の皆様をはじめ、地域の皆様に支えられ、この日法人創立35周年をむかえることができました。さらに地域の福祉向上を目指して事業所が一丸となって、事業を進めていくことにしています。



編集後記 / 法人の誕生日「創立記念日」のジェラートは定番になりました。この時期何よりのご馳走でした。利用者の皆さんに喜んでもらえてよかったと思います。来年もお楽しみに▼梅雨が開けました。今施設で行っている最大の課題は熱中症予防であり、こまめに水分と休息をとるようお話ししています。ご家庭でもよろしくお祈りします。▼今月は、中旬に夏期休業があります。お盆の行事や地域のお祭りなどいろいろあると思います。感染対策を講じながら、有意義にお過ごしください。(M)

食堂でジェラートをいただく利用者さんたち