

家族相談会 H30. 7. 21

昨年度から、年に3回家族相談会を開催しています。今年度は第1回目の開催です。毎回テーマについての学習と家族の方の困り事について参加者全員でアドバイスを出し合っています。今回は6家族7名に参加していただき「統合失調症～病気への理解」をテーマに学習しました。

今回は11月の開催予定です。まだ参加されていないご家族の方もぜひ参加していただければと思います。



実習生が来ました



8月から9月にかけて、徳島文理大学の学生2名が実習に来ました。利用者さん触れ合う中で様々なことを学んだと思います。以下実習生さんの感想です。

*なぎさの実習を通して、レクリエーションをすることによって得られる関係の構築や適切な利用者さんとの距離感、利用者さん一人ひとりに応じた話し方・対応方法など、様々な関わり方について学ぶことができました。 徳島文理大学 4年 上野凌河

*利用者のできないところに注目するだけでなく、どうすればできるようになるかを一緒に考えたり側面的な支援を行ったりすることの大切さを学びました。

徳島文理大学 4年 赤澤凧

次回発行は、1月3日です



医療法人 敬愛会 南海病院

自立訓練（生活訓練）・宿泊型自立訓練事業所「なぎさ」

〒772-0053 徳島県鳴門市鳴門町土佐泊浦字高砂14-2

TEL 088-687-0067 FAX 088-683-6363

e-mail:nagisaryo@mx8.tiki.ne.jp http://www.i-keiai.org/

なぎさ便り

秋 2018 秋号



(秋の剣山スーパー林道周辺)

2018年秋号なぎさ便りをお届けします。

夜が日に日に長くなり、虫の声が秋の余情を届けてくれます。気持ちのいい秋風が吹き渡るころとなりました。

今年の夏も、豪雨、台風、地震の発生に伴い、多くの被害をもたらしました。

被害に遭われた方には、心からお見舞いを申し上げます。一刻も早い復興をお祈りいたします。

さて、なぎさでは利用者さんの希望を積極

的に取り入れた、外食・外出レクを企画しています。今回も映画鑑賞や防災関連の施設見学などを行いました。今後も利用者さんの自立にむけたプログラムを行っていきたく思います。

●7月～9月の主なプログラム

生活訓練プログラム、自炊訓練、おやつ作り、外出レク、外食ツアー、DVD鑑賞、石鹸作業、施設内清掃、室内ゲーム、運動プログラム、余暇活動 etc.

外出レク



7月 北淡震災記念公園



今年も、各地で災害が発生し甚大な被害をもたらしました。当事業所がある鳴門市も東南海地震が発生すると、大きな被害が出ると想定されています。今回の見学で地震の恐ろしさ、備えの大切さを改めて認識されたようでした。



8月 映画

記録的な猛暑のため、8月は涼しいところで映画鑑賞をしてきました。「ジュラシック・ワールド／炎の王国」と「ミライの未来」をそれぞれ事前に希望を聞き、分かれて鑑賞しました。どちらの映画も2時間を超える大作でありましたが、途中で席を離れることなく最後まで鑑賞できました。毎月、なぎさでもDVD鑑賞をしています、それとは比べ物にならない迫力でみなさん満足された様子でした。



9月 防災センター

8月30日から9月5日までの期間が防災週間とのことで防災センターへ行ってきました！地震体験や消火体験など災害体験ツアーに参加しました！体験してみてもみなさん「怖いなあ」との感想が…体験を通して災害を身近に感じ、災害に対する危機感を持つことができたかと思えます。

体験の後は北島フジグランへ行きました。好きなお店で昼食取り、各々買い物やデザートなど回り、満喫していました(^^)



外食ツアー



7月 魚大将



7月は、魚大将に行ってきました！レクの当日が祝日ということもあり、開店時間前から駐車場はいっぱい☺

今回は予約していたのですぐに案内していただきました。メニューが豊富でボリュームも満点◎
みなさん、地元の人気店の味を「美味しいな〜！」と堪能されていました(^o^)



9月 花梨



四川料理のお店『花梨』に行ってきました！開店すぐに入店しましたが、注文して30分もしないうちに、店内は満席に…!!!

ボリューム満点、ピリ辛、おいしい！おかずが選べる定食が人気でした。ご飯にサラダ、デザートまでついて大満足でした。



8月 Cafe Bubo



鳴門市で人気のカフェ「Bubo」に行ってきました。平日にもかかわらず、次々とお客さんが次々に来店していました。

綺麗な店内に少し緊張したとの声もありましたが、美味しい食事を堪能することができたようでした。



流しそうめん（お楽しみレク）

今回のお楽しみレクは流しそうめんでした♪

そうめんが流れてくると油断しているところにチョコレートが流れてきて、驚きでみなさん眺めているだけでした...（笑）

なかなかそうめんをGETできず苦戦している方もいましたが、満腹になるまでそうめんを堪能できたようです！



そして

お腹一杯になった後は食後の

デザート！！夏といえばスイカ割りということで、暑さに気を付けながらスイカ割に挑戦しました。みんなで声を合わせてスイカの場所に誘導しながら豪快に叩きました！...が棒が負けてしまい結局包丁で切る事になりました（笑）ハプニングがありながらも、楽しく美味しく満腹なお楽しみレクでした(^^)



出前講座



口腔ケア勉強会



徳島保健所より講師の先生を招き、歯の大切さについて皆で勉強をしました。

虫歯だけでなく、歯周病になると歯茎が痩せて歯が抜けてしまう。という怖い症状等を聞き対策方法や正しい磨き方、歯ブラシの選び方などを紙芝居で分かりやすく説明していただきました。

その後は、実践で歯をピンクに染め、磨き残しがないか確認し、講師の先生が個々に磨き方の注意などをしてくださいました。

なかなか歯磨きが習慣になっていない利用者さんも多い中、今回の勉強を受けて歯磨きに少し関心を持った方も多くいらっしゃいました。

毎日の歯磨き習慣を身につけて、健康な歯を大切にしていきたいです。



自炊訓練

なぎさでは、隔週で自炊訓練をしています。メンバーさんと、メニュー決め、買い物、調理などの段取りから、片づけまでを行っています。

7月

第1グループ (カレーうどん)

「簡単に作れるものがいい」とのリクエストがあり、今回はカレーうどんとポテトサラダを作りました。料理が苦手な方も多かったのですが、作り方を見たり周りの人に手伝ってもらったりとみなさん工夫や協力をしながら調理しました！

「これくらいなら一人でできそう！」と話してくれる方も多く、みなさんのレポーターの一つになれば幸いです♪



第2グループ (カレー)



「少しこだわったおいしいカレーがいい」との意見から、ほんの少しこだわったカレーにしてみました。たっぷりの玉ねぎをあめ色になるまで炒め、その後トマトをいれてさらに炒める。そして隠し味にインスタントコーヒー。玉ねぎを切る際、あめ色になるまで炒める際は、みなさん辛そうでしたが、苦勞のかいあってほんの少しこだわったカレーができあがりました。

8月

第3グループ (野菜の肉巻き)



参加者2名と少ない人数でしたが、実習生も加わり賑やかな調理となりました。「3分クッキングでやってた！やってみたい」の一声から話し合い「肉も野菜もバランスよく食べれるから♪」と話がまとまりました。味付けは塩コショウやポン酢とそれぞれ好みに合わせて作りました。ごはんも赤だしもつけてボリュームたっぷり！満足の一品となりました(*^_^*)



9月

第1グループ (ラーメン&餃子)

第1グループは調理経験が少ない方です。インスタントラーメンを作りたいと意見が出て、今回の献立は、野菜と卵入りの栄養たっぷりのラーメンになりました。餃子は簡単でおいしい冷凍食品を使用しました。ラーメンはキャベツをたっぷりと入れたためか、水分がほとんどなくなってしまい「失敗じゃ〜」と嘆いていましたが、お湯を足して何とかスープができあがり・・・。

おいしくいただきましたよ☆旬のブドウも甘かったです☆

