

## ボッチャ大会

今年もボッチャ大会が駒沢オリンピック公園体育館にて行われました。

今年も参加者が1名になってしまい参加も危ぶまれましたが、交流戦部門へ参加してきました。リーグ戦で2試合を行い、いずれも残念ながら敗戦となりましたが、まずは参加できたことに喜びを感じながら、そして試合には楽しく参加することができました。

交流戦部門への出場だったので、ルールの正式ルールより易しく、競技をフォローする介助員も参加ご利用者と一緒に考えながらプレーすることができました。また、介助員がフォローの仕方が分からない時には、大会の主権者の方からも丁寧に説明をいただき、介助（フォロー）する側にとっても、とても勉強になりました。

帰りの車中では、また来年も出たいとの声があり、1日通して楽しく過ごせました。

ボッチャは、2020年の東京オリンピック・パラリンピックの正式種目なので、これを機会に注目していただけたい幸いです。

また、ホールでも日々ボッチャの練習を行っています。来年のボッチャ大会には、多くのご利用者の方に参加していただき、練習の成果を出せるようにと願っています。（記：野口）



会場入口での記念撮影



ホールでの練習の様子

## “夏祭り（夏の思い出）イベント”



8月26日、夏祭りイベントを行いました。

園ホールでお囃子やお祭りの映像を流し、室内を装飾、職員はハッピを着て夏のお祭りの雰囲気を楽しんでいただけるように工夫をこらしたイベントとなりました。

ご利用者の方には、ヨーヨー釣りやスイカ割りを楽しみながら、かき氷を味わっていただき、その場の雰囲気も相まって、お祭り気分を堪能していただきました。

最後には、スイカ割りでも割ったスイカを食べて、楽しい夏の思い出（ひと時）を皆様と一緒に過ごすことができました。

（記：山城）



しょうがいしゃ たいかい  
障害者スポーツ大会

6月1日、天候にも恵まれ、今年も駒沢オリンピック公園総合運動場に、第20回東京都障害者スポーツ大会が開催されました。

日野療護園からは3名のご利用者の方が参加されました。

大会当日までに設定されていた練習時間では、皆様一生懸命頑張っていました。その結果、大会当日に見事メダルを勝ち取った方も…!!  
惜しくもメダルを獲得できなかった方も、皆様最後まで笑顔で競技を楽しまれました。

競技が終わった後に、「まだやりたいよ」などのお話をされている方もいらっしゃり、また来年も是非参加していただきたいと思えます。

帰園した後も、大会でのことをお話しされたり、メダルをみんなに見せたりといった姿が見られました。

普段の生活ではなかなかできない貴重な経験をして、皆様の大きな刺激となり、素敵な思い出ができたことと思えます。

(記：鈴木奈)



ヒノフェス 10月12日(土)開催予告

10月12日(土)に、“HINO FES”を行います。

今年の“HINO FES”も、ご利用者様をはじめ、“HINO FES”にいられたご家族様や地域の方々に楽しんでいただくイベントや、日野療護園のことをより知ってもらえる機会(紹介)、ご利用者の方々とのお昼食ピクニック会等を予定しています。

“HINO FES”のテーマである「スマイル(Smile)」が溢れるひとときを皆様とともに過ごしたいと考えております。

ご参加のほどお待ちしております。(記：石川)



昨年度のピクニック会



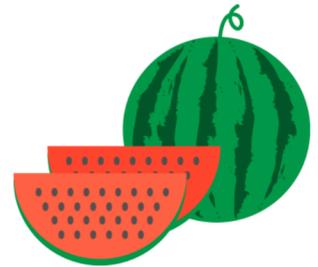
昨年度のHINOFESーコマ

夏の水分補給、食品衛生について

今年は長い梅雨の後、本格的な夏に突入しました。暑い夏、熱中症を予防するためには水分補給が必須です。人は尿や不感蒸泄（呼吸や皮膚から失われる水分）、便で1日約2～2.5ℓが体外へ排出されます。水は体内で血液や各種物質の運搬、電解質バランスの維持、体温調節などに重要な働きを担っています。夏は汗をたくさんかくので身体の水分が失われやすくなり、熱中症や脳梗塞、心筋梗塞の発症リスクが高くなるといわれています。水分摂取は一度にまとめて摂るのではなく、就寝時や起床時、入浴前後、外出時などこまめな摂取を心がけましょう。そして、のどが渇く前に意識して摂取することが大切です。

脱水予防には、水やお茶だけでなくスポーツドリンクもおすすめです。スポーツドリンクには汗で失われる成分が含まれています。上手に活用しましょう。

また、水分補給とともに大切なのが食事です。食欲が落ちてしまう季節ですが、三度の食事でも重要な水分摂取の場になります。特に夏野菜には身体の熱を下げる役割を持っていたり、水分を豊富に含んでいるものが多くあります。こまめな水分摂取と旬の食材で熱中症を予防しましょう。（記：栄養士今野）



日中活動の紹介



日野療護園では、平日の午前にはポッチャ、カラオケを中心に日中活動を行っています。ポッチャに関しては毎年、ポッチャ大会にも参加しているため、毎回、白熱した試合を行っています。カラオケも十八番の歌から各年代に流行った歌を選び皆さん自由に参加されて楽しまれています。また、午後には生産的活動を行い、ピーズ製品やフォトフレーム等を作製しています。作製した製品は地域のお祭や当園の“HINO FES”等で販売しています。

日中活動の他に絵手紙、音楽クラブ、押し花クラブ、俳句クラブ、織り機クラブもあり、皆さんとても楽しみにされ、熱心に参加されています。

（記：事業推進グループ：田中な）



ご利用者の方が作製した製品は、このようにして販売されています。



カラオケの様子



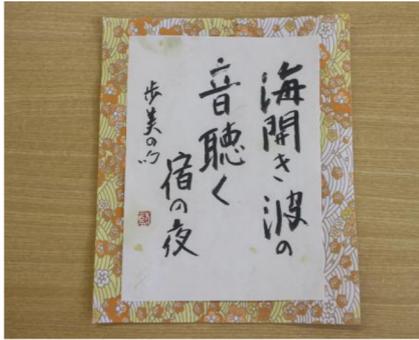
絵手紙活動の様子



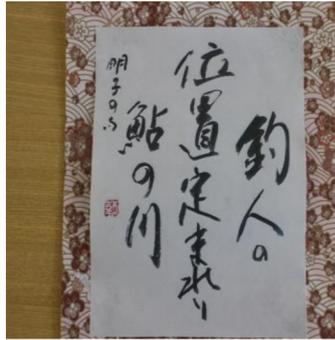
実習生によるイベントの様子



ポッチャの様子



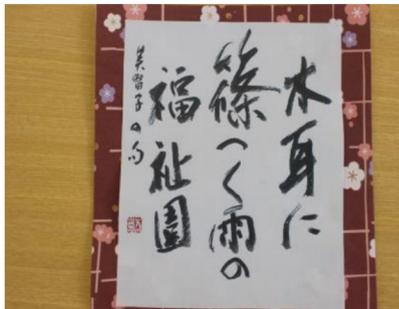
海開き 波の音聴く  
宿の夜  
歩美の句



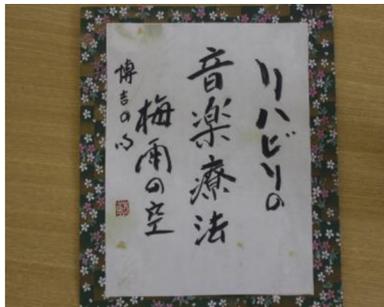
釣人の  
位置定まり 鮎の川  
明子の句



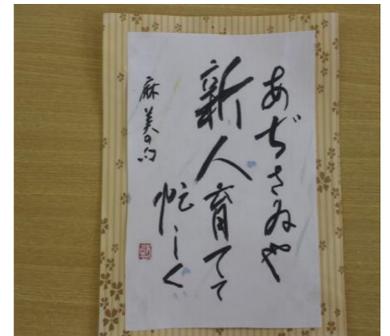
俳句 (木の実の会)



木耳に  
篠つく雨の 福祉園  
美智子の句



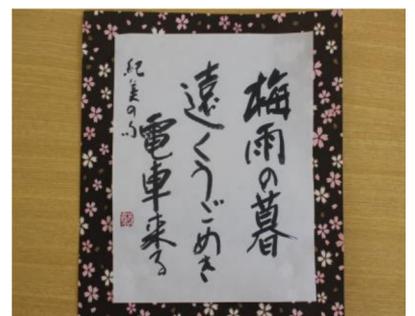
リハビリの 音楽療法  
梅雨の空  
博吉の句



あぢさみや 新人育てて  
忙しく  
麻美の句



ご利用者の方の作品は、このような掲示板上に飾られています。



梅雨の暮 遠くうごめき  
電車来る  
紀美の句

へん 集 後 記

連日の猛暑日から少しずつ解放され、朝夕は夏の終わり（秋の気配）が感じられるようになってきましたが、まだまだ暑さに注意しながら、残りの夏を満喫して下さい。（記：田中諭）