見てけさIN　63号

【編集・発行】仙台市太白障害者福祉センター
住所：仙台市太白区長町南１丁目６－１０
電話：０２２－３０８－８８０１　ＦＡＸ：０２２－３０８－８８０３
Ｅメール　office-ta@shinsyou-sendai.or.jp



在宅障害者・一般市民向け事業「ボッチャ初心者向け体験教室」を開催しました

令和８年８月２９日（土）、「ボッチャ初心者向け体験教室」を実施しました。今回の教室では１９名の方にご参加いただき、３人１組のチームに分かれてゲームを行ないました。チーム分けの際、講師である仙台市太白区障害者福祉協会の皆さまにも混ざっていただき、ボッチャ初心者の方も気負わず楽しむ様子が伺えました。

技ありのプレーに拍手が起こるなど体験教室は大いに盛り上がり、参加された方からは「楽しかった」「またボッチャに参加したい」との声をいただきました。当センターでは、今後も地域で生活する皆様に楽しんでいただける催しを企画していきたいと思います。





～　もくじ　～

1. 在宅障害者・一般市民向け事業「ボッチャ初心者向け体験教室」の開催
2. 自立訓練（機能訓練・生活訓練）事業
3. 生活介護事業
4. 保健通信　／　就労継続支援Ｂ型事業所せんしょう庵

《自立訓練（機能訓練・生活訓練）事業》

自立訓練（機能訓練・生活訓練）事業では、機能的なトレーニングや集団プログラム、軽スポーツなどの毎週実施しているものと、月ごとや特別に企画したプログラムも実施しています。今回は、講師を招いて行ったパフェ作りと、モザイクタイルコースター作りについて紹介させていただきます。

パフェ作りでは、料理教室七ツ森の管理栄養士　浅野ゆか先生をお招きして、調理活動を通して遂行機能や上肢機能の維持・向上を図る、また、調理を楽しむことなどを目的に行いました。実際場面では、立ち上がってクリームを混ぜたりと楽しんでいる様子もありましたが、クリームを混ぜる作業は、時間がかかるため疲れてしまう方もいました。試食では自分たちで作った達成感もあり、美味しそうに食べていました。モザイクタイルコースター作りでは、アートフィールドくぅか　齋藤尚美先生をお招きし、余暇活動の選択の幅を広げ、物を作ることの楽しさを知ってもらうことを目的に行いました。参加者の方は、「どの色を組み合わせよう」と悩みながらも、独自のデザインを考え、完成したコースターはどれも個性があり美しく、実用品として持ち帰ることができるため、満足度の高い活動となりました。講師の先生は一人一人サポートして下さるので、非常に和やかな雰囲気で取り組むことができ、メンバーで協力して行えていました。

このような活動は普段の訓練とは違った形で、楽しみながら活動に取り組む時間となります。現状の身体状態でもできることを経験しながら、自信をつけて生活して頂けるよう、安心して挑戦できる場を提供することに努めています。日々の訓練だけでなく様々な活動も取り入れながら、社会生活や日常生活に活かせる「スキル」を高めていければと考えております。





←パフェ作りの様子





←モザイクタイル
コースター作りの様子

自立訓練についてご興味がある場合は、お気軽にご相談ください！！！

《生活介護事業》

☆活動紹介☆

生活介護事業では、さまざまな活動に取り組んでいます。
今回は行事活動・お楽しみ活動（調理活動）の様子を
一部ご紹介します！



生活介護事業の利用を希望される方は、区役所または太白障害者福祉センターにお問い合わせください。

保健通信



10月に入ると朝晩の寒暖差が大きく、急激な気温変化と夏の疲労も残り自律神経が乱れやすくなりますので、体力を崩さないようにしましょう。



★体調不良が起こる原因★

大量の汗をかくため、水分やビタミン、ミネラルなど体の調子を整える栄養素が排出。寒暖差疲労の為、消化機能も落ちやすく食欲低下となる。外の暑さと寒さに対応するため体温を一定に調節しようと、自律神経がフル回転して働き続け疲弊しやすくなっている。

【自律神経は睡眠中に回復します。睡眠の質を高めるように一日の過ごし方を意識しましょう】

- 生活リズムを改善するため、朝日を浴びましょう。
- 規則正しい食事、特にたんぱく質をしっかり摂りましょう。
- リラクゼーション、入浴やストレッチなどで心身のリラックス。



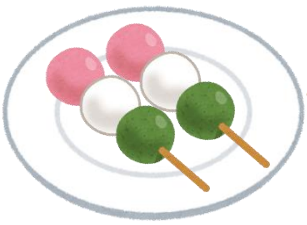
《就労支援B型事業所せんしょう庵》

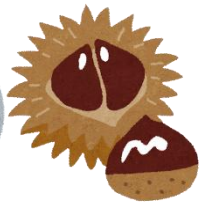
秋の味覚の代表〝くり〟を使った季節限定のお団子を今年も販売致します。

栗の優しい甘さと米粉を使用したもちもちのお団子が絶妙にマッチした秋ならではの味わいです。

秋の行楽やお月見、家族の団欒やほっと一息つくティータイムのお供に、ぜひ一度御賞味下さい。







►営業時間…　10:00～16:00
►定休日…　毎週月曜日、祝日の翌日、年末年始、仙台市太白障害者福祉センター休館日、日によりお休みする場合がございます。
※イベント等により貸し切りを行う場合がございます。