

心友

第21号

身体障害者療護施設

「ニューライフ君田」

広島県双三郡君田村東入君 357-1

TEL 0824-53-2080



春一番！桜街道満開 君田村茂田

春爛漫



今年春の訪れが早くやって来ましたね。春一番もせっかちに吹き、花のプレゼントを運んでくれた様です。

通所では村内巡りで一足先に春を先取りされました。今年は桜の開花がとっても早く、お花見まで咲いて待っていてくれるだろうかと心配しましたがやはり待ちくたびれたのでしょうか、散ってしまいました。しかしなんとか天気にも恵まれ、道中色とりどりのチューリップや

水仙が私達の目を楽しませてくれました。子供遊園地では、桜の花は見れなかったものの川のせせらぎを聞きながら自然の中でおいしい手作り弁当を食べたり、ゲームをしたり、歌を歌ったりと楽しい一日を過ごすことが出来ました。ご家族の皆さんご協力ありがとうございました。このところ暑かったり、寒かったりと天候が不安定ですので風邪をひきやすい様です。みな様気を付けて下さいね。春は心も体もウキウキします。春をいっぱい楽しみましょう！！

さあこれから、子供遊園地に向かっ
て出発だあー!!



保育所の子供達は
元気いっぱい。



クイズに最後まで
勝ち残ったのは誰??



心地よい風と、おいしい
お弁当を前に顔も綻びます。

今日はお酒もうまい!!
桜が咲いていたらいいことないのになあ…



お花見は初めて参加されました。
外の風は気持ちいいっ!

今日は皆さん、いつも以上に
笑顔がさわやかです。



外でみんなと一緒に食べる
お弁当は最高です。



家族団らん

家族会便り

家族会 臺 良三



今年春暖冬の影響なのか桜も早く咲きもう初夏を感じる日もあり草木の芽も緑を増してまいりました。平素は職員の皆様には娘のために親身になって、御世話をし下さり本当にありがとうございます。又、家族会の皆様にはお元気でしょうか、平素は何かとお世話になりました。ありがとうございます。

この度私ごとき者に何か一言書くようにと原稿用紙を送っていただきましたが口べたで筆無精を地で行っている私です。只、娘とは友達のようによく話します。先日は花見の宴がありましたとのこと娘は大変楽しかったと言っているいろいろ話をしてくれました。時折々の楽しい行事が思い出に残ることと思います。

その時平田のマコちゃんのお父様の訃報を聞きました。平田さんと最初にお会いしたのは娘が大手術をして、若草園での生活が出来なくなり帰宅し、庄原養護学校の訪問学級へ編入させていただいた

時の親子会だったと思います。率先してお世話をし下さった姿が目につかびます。大変惜しい人をなくしたと残念でなりません。病魔と闘いながらもマコちゃんや奥さんを励ましておられたとの事を聞き、やはり立派な人だったんだなと思いい人柄をしのびながら、御冥福をお祈りいたします。

私達重度障害の子供を持つ親は年々老いて弱ったり、病に倒れたりして、子供の面倒が見られなくなることが、一番気がかりで心配なのです。

お互いに手を取り合い助け合っているかねばならないのはもちろんですが、頼みの綱は、ニューライフ君田のような養護施設です。施設が充実され、万一の時には、すぐ入所出来る様にしていただきたいと思えます。その為には可能な限り施設に協力していくつもりでございます。長々と申しましたものの意を尽せませんがニューライフ君田の職員の皆様方のやさしくて暖かいお気持ちに心から感謝しながら筆をおきます。ますますの御発展を心より念じております。

園内よもやま話

藤井・隅井

平成十四年度

自治会役員決定

会長

亀井 義則

副会長

渡部 芳武

書記

金籐 英範

広報

池元 智子

自治委員

藤井 正

自治委員

隅井 博

板倉 隆登

月橋 一容

吉本真知恵

以上の通り、三月十六日に行われた自治会総会において決まりました。

旧役員の方皆さん、一年間お世話になりました。ありがとうございます。

新役員の方皆さん、一年間よろしくお願います。

通所

リハビリ器具整備

開設以来、器具PT指導を受けながら利用者個々のメニューを作り、リハビリに力を入れてきました。

今年3月リハビリ器具が揃い、益々、やる気満々、器具を使用しながら、毎日活気に溢れています。

各種器具紹介 エルゴライザー（自転車漕ぎ）



片麻痺の方、ベルトや調整ゴムにて漕ぐ事ができ、時間、漕ぐ重さも設定できる。



ユーチプリー（滑車）

麻痺側の手に補助ベルトが出来て外れる事がなく安心して使用できます。足にベルトをして、重りは個々に合わせる事ができます。



平行棒

前進||握りやすい丸型で幅をとらない横歩き||前歩きと使う筋肉が違う為、外筋と内天筋が強化されバランス的によい



★初めて役員になられた二人から：頑張って自治会役員をします。

月橋 一容

施設に入ってからワクワク、ドキドキの毎日だけど、今回役員になって、また違った体験出来る事を期待しています。

吉本真知恵

★広報委員になられた二人から：初めての広報委員なので、しっかり勉強して行きたい。

藤井 正

頑張ります

隅井 博

会長挨拶

昨年に引き続き会長を務めさせて頂く事になりました。少しでもお役に立てますよう新しい試み等行っていききたいと思えますので、どうぞ宜しくお願い致します。

亀井 義則

今年度のよもやま話も入所者の皆さんと一緒に楽しい紙面作りにチャレンジして行きたいと思っていますので、皆さんご協力よろしくお願い致します

パートナー



上半身に脂肪のつく「りんご型肥満」は生活習慣病の危険信号！

とくにお腹のまわりに脂肪がついた体型が「りんご型」ウエスト周囲径が男性85cm、女性90cm以上になると生活習慣病に注意する必要があります。糖尿病、高脂血症、高血圧症、動脈硬化症など合併症を伴いやすい内臓脂肪型肥満の人が多くみられます。

あなたの指示エネルギーは？

一日の摂取エネルギーを知り、肥満を治す食事をしてみましょう。

肥満を治すための体重あたり必要エネルギー量は25キロカロリー/kg

(例)身長170cmの場合

標準体重 $1.7 \times 1.7 \times 2.2 = 63.6$ kg、
指示エネルギー 63.6×25

$= 1590$ キロカロリー

約1600キロカロリーとなります。さてあなたは一日何カロリー大丈夫？

次回はチェック項目をしてみようと思います。

【ペット紹介】うちのキラ

口和町立口南小学校六年

石川 友菜

キラは手乗りインコです。7月7日の七夕の日のうちに来ました。その頃は、まだ、うぶ毛が翼の下にありました。みんなが「キラ」といっぱい言ったので、キラがそれをまねして、「キラ」と喋ったのでビックリしました。今は「こんにちは」を覚えさせています。

それと、キラの事で自慢できる事がもう一つあります。それは、なついてくれる事です。今一番なついているのは、ばあちゃんです。やっぱりずっと家の中にいるだけあって、すっこくなつてます。……。はつきりいつて、ちよつとくやしいです。

ばあちゃんと同じちゃんがいないかったら、私の肩にすぐとまります。とつてもかわいいです。

私の家に来たときからキラはもう家族です。もうすぐ夏…。キラがうちにきて一年たちそう。けつこう早い一年…。



温かいお心を

ありがとうございます

NTTOB会 様

君田小学校児童会 様

編集後記

今年は異常気象で、全国各地で平年よりも早く桜が咲きました。君田村でも平年より2週間も早く桜が咲き、驚いています。

気象庁によると、沖縄では4月中旬頃より梅雨入り前と同じような状態が見られ、気象予報士さんも早くから頭を悩ませていたそうです。広島でも、いつもの年よりも雨の日が多い気がします。

これからの気候、一体どうなるのでしょうか。