

## 【平成 30 年 7 月の活動報告】

## SST の場面

7月19日に管理栄養学の専門家に来ていただき、『食』について利用者さんが疑問に思っていることをわかりやすく説明して頂きました。この日にむけてSSTで、『食中毒のこと』『ダイエット』等をテーマに話し合っ質問できるように臨みました。食中毒を防止するために、①手洗いが大切であること、②料理を作る時には清潔な調理道具を使うこと、③食品の保存の仕方などを教えて頂きました。また『ダイエット』について、健康的な食事方法の基礎知識(朝、昼、夕と3食しっかり食べることの大切さ)のお話しの後、各利用者さんの理想的な体重のめやすを教えてくださいました。具体的でわかりやすい説明を受けたことで、日頃の食事に対する考え方が理解できました。特にダイエットについて利用者さんが「どうもろこしは食べたらかんの?」「食事のときは野菜を先に食べた方が良いの?」という質問に対して、先生が「食べていけないものはない、食べ過ぎることがいけないんです」「野菜を先に食べるのは良いですよ」と回答してくださいました。利用者さんからは、「3食しっかり食べないといけないや。」「ダイエットをするなら、夕食のご飯の量を減らそう。難しいけどね。」「野菜を一番先にたべよう」という発言がありました。



個別実習の場面

七夕の飾りつけでは、短冊に「早く就職できますように」「宝くじが当たりますように」「コンサートのチケットがとれますように」「ダイエットがうまくいきますように」など各々の願い事を書きました。

7月23日より、放ディの子ども達が夏休みに入り、クッキングをはじめ合同プログラムを始めています。

近隣のNPO法人のサロンへ個別実習として参加しています。

主に知的障がいを抱える女性の方の自律を支援しています。ぜひ、見学にお越しください。

【連絡先】 有限会社 たむらソーシャルネット

〒542-0012

大阪府中央区谷町6丁目14番23号

電話番号 06-6766-7071

FAX 06-6766-7081

利用者実人数	5人
利用者延べ人数	98人
相談者(利用者除く)	1人
見学者・体験者(延べ)	1人
実習生・ボランティア	0人