

トライアングル

発行日/令和7(2025)年8月 発行/一般社団法人 大阪知的障害者福祉協会 発行責任者/村上利男 編集/松嶋桂子
〒542-0012 大阪市中央区谷町7丁目4番15号 大阪府社会福祉会館内
TEL 06-6763-3785 FAX 06-6763-3759 E-mail osaka-chifukukyo@giga.ocn.ne.jp

近年、夏の暑さはますます厳しさを増しており、大阪でも連日厳しい暑さが続いております。特に利用者さんの体調管理にはより一層の注意が必要です。熱中症は事前の対策と適切な対応が何よりも大切になります。

酷暑を乗り切る！ 熱中症対策と室内活動アイデア

★欠かせない最新の熱中症対策グッズ

皆さんの事業所では、どんな熱中症対策をされていますか？最近では、様々な便利で効果的なグッズが登場しています。

①まずご紹介したいのが、昨年から人気を集めているアイスリングです。これは、27℃以下で自然に凍結する特殊な素材できており、結露せず、首元を直接冷やしてくれる優れたものです。繰り返し使えるため経済的で、屋外活動時だけでなく、室内での作業中や休憩時間にも手軽に利用できます。利用者さんにも好評で、「ひんやりして気持ちいい」「首元が冷えると涼しい」といった声が多く聞かれます。

②そして、定番ながら非常に重要なのが、塩タブレットなどの経口補水塩です。汗をかくと水分だけでなく塩分も失われるため、適切な塩分補給は熱中症予防に不可欠です。また、熱さまシートなどもあります。首筋や脇の下など、太い血管が通っている部分に貼ることで、効率的に体を冷やすことができます。

★暑さに負けない！室内で楽しめる活動アイデア

しかし、どんなに熱中症対策をしても、あまりの酷暑の中では散策などの屋外活動が難しくなる日も多くありますよね。利用者さんが体を動かす機会が減ってしまうと、健康面だけでなく、精神面にも影響が出る可能性があります。そこで、広報委員の事業所でも実施されている、室内でも楽しく体を動かせる活動アイデアをいくつかご紹介させていただきます。



酷暑を乗り切る！熱中症対策と室内活動アイデア	1
暑い季節にピッタリの遊びを紹介します！	2
社会福祉法人光輝会 熱中症対策について	2
いろいろな音楽に合わせて体操♪	3
外出できない暑さのなかでも夏を感じられるように	3

●ちょっとつぶやきリレー●	
ジェイ・エス・ステージ 調理師 田村初美	4
第59回大阪フレンドシップソフトボール大会	4
令和7年度定時総会、フォトコンテスト表彰報告	4

暑い季節にピッタリの遊びを紹介します！

児童発達支援センター東大阪市立はばたき園は、0歳から就学前までの、発達になんらかの心配のあるお子さんが約130名通われています。最近は暑すぎて園庭で遊べない日もあるのですが、そんな時には療育室内で「氷あそび」をしています。冷たい感覚や溶ける感覚を肌で知り、形が変わる楽しさや水の気持ち良さを感じることをねらいとしています。

口に入ってしまったてもいように、食紅で色を付けた水でフルーツや球体など色んな型を使って数日前からたくさん氷を準備します。氷遊び当日は床にビニールシートを敷き、職員やお子さん、保護者さんも濡れてもいい格好で挑みます。最初は



トレイに氷を出し、見たり触ったり滑らせたりして五感に刺激を与えて楽しみます。その後は、斜めに設置した机の上から氷を滑らせたり、床にバシャーッと広げたり思い思いに好きなように遊びます。お子さんの状態像や年齢に応じて、ゆったりと遊んだり、豪快に遊んだりと楽しみ方を工夫しています。氷の冷たい感覚が得意でない子も「やってみたいな」と思えるように、大人もめいっぱい楽しんで遊んでいます。キラキラと光る華やかな氷を見て、どの子も興味津々な様子でした。暑い季節にピッタリな「氷遊び」でぜひ楽しんでみてはいかがでしょうか。
(広報委員 山本恵)



社会福祉法人光輝会 熱中症対策について

今回は、社会福祉法人光輝会 隆光学園の熱中症対策について紹介させていただきます。

はじめに、隆光学園は昭和60年に創設され今年で40周年を迎えました。平成9年に増設し現在70名の方が生活されています。「大阪府重度知的障がい者地域生活支援体制整備事業」に参加させていただき、強度行動障がいについて学ばせていただきました。

当施設での熱中症対策を紹介いたします。炎天下により屋外での活動が難しくなる中、今年度より屋内スポーツとして「ポッチャ」を導入しました。ポッチャとはジャックボール（目標球）と呼ばれる白いボールに、赤・青のそれぞれ6球ずつのボールを投げた



り、転がしたり、他のボールに当たったりして、いかに近づけるかを競います。

ボールを投げることができず方には上手にジャックボール近くに落とすことができています。少しずつ練習に参加される方も増えてきました。また10月には施設内で大会を計画しています。

熱中症対策として屋内スポーツを日中活動に取り入れ、炎天下でも安心安全に生活を楽しんでいただけるように改善できたのではと考えております。

(広報委員 奥野恵廣)





いろいろな音楽に合わせて体操♪

私が勤務している社会福祉法人ハートフル大東ハートフル北条の新しい取り組みについて紹介させていただきます。

ハートフル北条では、利用者様の高齢化等に伴い、健康維持や身体的な機能維持につながるよう、日中活動プログラムに散歩や体操等の運動を取り組んでおります。しかし、厳しい暑さが続く夏場は、体温調整が苦手な利用者様も多く、熱中症予防で所外への散歩があまり出来ていません。そのため所内散歩を行っています。利用者様も職員も何か物足りなさを感じてしまつてところがありました。

今年度より「健康王国DX」という機器を導入しました。これはテレビやモニター等に接続し、いろいろな音楽に合わせて、理学療法士や作業療法士、言語聴覚士等が監修した体操が映像で流れる機器です。毎月新しい曲も追加され、カラオケもできたり、口腔や立位、座位等、体の特性に応じた体操コンテンツもあります。

当事業所では、参加される利用者様が好む音楽、特性に合っ



た体操内容が選択できるようグループ毎に取り組んでいます。2〜3曲だけでも約10分間、体を動かすのでいい運動になっています。何より職員が体操の進行役を担わなくてよいので、利用者様をサポートしながら一緒に取り組めることがとても良いと感じています。また、音楽に合わせて体を動かす事でリズム的な効果も得られると思うので、これからも所内で楽しく体を動かしていきたいと思つます。

この機器には定時に映像を流せる機能もあるので、今後は毎日昼食前の活動として口腔内体操を取り入れていく予定です。

(広報委員 丸谷昌広)

外出できない暑さのなかでも夏を感じられるように



私が勤務している社会福祉法人摂津有和会 摂津市立みき路では、暑い夏の間の取り組みとして「バーチャルツアー」と称した活動をしています。活動内容は、景観地の映像を見ながら、その土地の料理を取り入れ

たお弁当を食べます。お昼ご飯が終わったら、ツアー先に関する制作活動を行うというものです。外に出ることが難しい中で、沖縄、北海道、韓国と様々な地域をテーマに、利用者の方々に楽しんでもらっています。

今回は沖縄ツアーの写真を掲載いたしました。用意した映像の中で、大きな魚がカメラに向かってくるところでは、利用者さんから「おぉー」と声が上がりました。お弁当には、「島らっ



上段左から
ヒトデ、シーサー、イソギンチャク
下段左から
シーサー、シーサー、魚

きょう」や「ゴーヤ」など普段の給食では出ない食材が並びました。おやつ「サーターアンダギー」もみなさんおいしいと喜んでもらえました。外出しづらい環境では、施設での暮らしもマンネリになってしまつことも多いです。しかし、バーチャルツアーを通して、利用者さんに日中活動と食事の両面で新しい体験を提供出来たと思います。

年々、夏の暑さが厳しくなり体調管理に気を配らなければならぬことが多くなっています。今後とも利用者さんからの目線に立って楽しい企画を進めていきたいと思つます。

(広報委員 武藤直弥)



ジエイ・エス・ステージ
調理師 田村初美

私たちの仕事は、利用者さんの「食べたい」に答えることです。野菜が苦手な方にケチャップを少し添えるだけで完食してくれたり、食べられなかったものが食べられるようになったり。日々の小さな挑戦が、利用者さんの笑顔に繋がる瞬間は、何よりも大きなやりがいです。

調理師として直接的な支援はできませんが、食べやすい工夫や、楽しく食事ができるように調理方法を常に考えています。生活介護だけでなく、同法人のGHでも調理を担当することがあるため、利用者さんの情報を共有し、一人ひとりに合わせた食事提供を心がけています。

以前、自信がなかったおかずを、利用者さんが「おいしかったよ!」と声をかけてくださいました。その一言がすごくモチベーションになっていきます。私たちが元氣や喜びをいただくことの方が多いんですよ。

これからも利用者さんの毎日を支え、笑顔を増やしていけるよう、心を込めて調理していきたいと思えます。

今回は
摂津宥和会グループホームの世話人、
中川周光かねみつさんに
お願いします

第59回大阪フレンドシップソフトボール大会

今回、広報委員兼実行委員として、第59回大阪フレンドシップソフトボール大会取材することができました。6月5日木曜日、太陽が燦々と照る中で全15チーム、選手178名が久宝寺緑地に集まり、白球を追いかけていました。

グラウンドで実際にプレーするのは初めての方もおられ、普段よりきつと緊張していたでしょうが、それでも、チームの仲間を応援し合い、充実した一日を送れたのではないかと感じました。

大会は、支援スタッフ委員会の方を中心に、実行委員、協会役員の協力によって運営されており、この大会を支えている皆さんの汗が輝いていました。中でも特に、実行委員の方々は準備段階からグラウンドの設営などを行い、試合中は選手たちの障害特性に配慮しつつ、審判をしている姿を目にしました。多くのチームが参加するこの大会の成功は、支援スタッフ委員や実行委員の方々の力が合わさって成し遂げられているのだと取材を通して感じました。大会が終わった後は、選手、携わっている職員皆が、達成感に満たされていました。

来年は第60回という節目の年になります。共催団体、後援機関、多くの方々に支えられていることも取材でき、これからも、利用者の方々が楽しめる大会として続いて欲しいです。
(広報委員 武藤直弥)



令和7年度大阪知的障害者福祉協会定時総会を5月30日(金)に大阪府社会福祉会館301号室にて会員事業所に参加いただき開催いたしました。令和6年度事業・決算報告、令和7年度事業計画・予算等報告審議を行っております。

総会終了後には、フォトコンテスト表彰式をとりおこないました。今回は、受賞3作品の中より総会当日出席者によるQRコードの活用から(任意参加)最も良いと思う作品「優秀賞」を選んでいただいております。
(事務局)

令和7年度定時総会、
フォトコンテスト表彰報告



優秀賞：思い出に思いをはせ