

やすらぎニュース

Vol.2014.8 発
就労継続支援B型事業所
やすらぎ工房
三木市志染町青山1-26
TEL:0794-85-9990
FAX:0794-60-4533
URL:http://yasuragikoubou.

今月の特集！！：摂食障害について

摂食障害という言葉は聞き慣れなくても、拒食症・過食症なら聞いた事があるのではないのでしょうか？
それらの総称である摂食障害は、食べることが楽しいと感じられなくなってしまう病気の一つです。

摂食障害にはいくつかの種類があります。おもに、拒食症、過食症そして特定不能の摂食障害が挙げられます。拒食症、過食症については、比較的若い年齢層に多く見られる病気で、10代の頃から長い間悩まされている人も少なくないのではないのでしょうか？

では、各症状の紹介をしていきましょう。

まずは、1つ目の種類の拒食症について見ていきましょう。

拒食症とは、その名の通り食べることを拒(こば)むということです。

痩せているにもかかわらず、とても元気で活発に動き回ることがあるのも拒食症の特徴といえるでしょう。食べなければ理想の体重になる。体重を自分で調整できることがうれしい。との思いから、そうした行動に表れるようです。

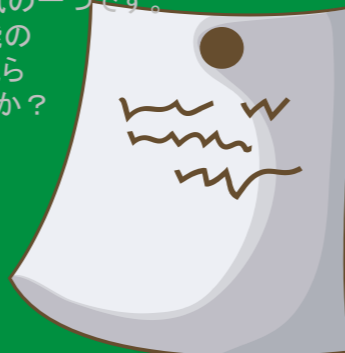
今度は、過食症について見ていきましょう。

この種類も摂食障害の種類の一つです。過食症は拒食症とは反対に食べ過ぎてしまう病気です。とにかく限度なく食べ続けるのが拒食症の特徴といえるでしょう。また食べた物を全て吐いてしまうのです。わかっていても、食べることをやめられない・・・それが過食症です。

3つ目の種類の特定不能の摂食障害については、拒食症、過食症どちらにも分類できないタイプのものであり、それらとは年齢層が上の方が発症し、男性が半数以上をしめるのが特徴です。

摂食障害の原因としてはダイエット・ストレス・愛情不足・成長することへの不安などが深く関係していますが、決して治らない病気ではありません。

あまり症状に振り回されず、根気よく付き合うようにしてくださいね。



緑のカーテン

この夏、緑のカーテンに初チャレンジしました(*^-^*)
当初はゴーヤときゅうりでスタートしたのですが、きゅうりは早々に枯れてしまい…。そんななか、ゴーヤが頑張ってくれました!!初めての事で分からないことだらけでしたが、ボランティアさんに助けをもらいながら、気がつけば窓一面にツタを張って、たくさんの実までつけてくれました。緑があることで涼やかな雰囲気となりました♪

ぜひ来年も挑戦したいと思います!!

「職員の話したいっ!!」

(職員の話したいっ!)今回は犬飼が話しちゃいます♪

せっかくなのでプライベートの小話をひとつ(^o^)/普段の私ですが、大雑把だとよく言われます。血液型はA型ですが第一印象A型に見られた事はありません<^_^>tさて、私が大雑把な事は大前提として置いておいて...家族構成を紹介します(^o^)
私・主人・娘(4才)・息子(2才)の4人家族です。全員A型です。いや、血液型は関係ないんですけどね。そりゃーもう、皆几帳面の潔癖です。そんな娘について言われました。『もう～ママちゃんとして!』4才、生意気盛りです。車に乗ったら、『ママ、そ～っと運転してよ。』一緒にお風呂に入れば『ママ、髪の毛そ～っと洗ってよ。』あまりに言われるので聞いてみました。『何でそ～っとって言うん?』『だってな、ママな、乱暴やもん!』即答されました。娘よ、お母ちゃんはとてもショックだったよ。どんどんしっかり成長していくわが子の姿が嬉しかったり、寂しかったり親心って難しいですね。これからもわたしの大雑把な性格を反面教師にして成長してくれる事を願って。『職員の話したいっ!』は幕をおろしたいと思います。

犬飼

6月行事!!

6月中旬に今や夏の風物詩となっているバーベキュー大会を開きました。当日は天候が心配されていましたが、太陽が照りつける絶好のバーベキュー日和になりました。

炭おこし班と食材の準備班に分かれて作業開始。炭おこし班は二人一組で炭おこし。暑い中、炭をおこすのに悪戦苦闘。着火剤を使っても、炭おこしは難しいんですね。成功した班から、いこった炭を拝借して、無事四台とも炭おこし完了♪助け合いの精神が発揮されました!

その頃には食材準備班は、大量の野菜の下ごしらえや焼きそば、おにぎり作りを手際よく完成させていました。いよいよ、お待ちかねの「頂きます」で各自で焼きながら食べます。炭火焼きのお肉の美味しいこと!正に至福のひと時にお腹も心も大満足!!

後片付けを分担して行った後は、フリータイムです。トランプをしたり、食後の運動にサッカーをしたりして、それぞれに過ごし、楽しい一日になりました。



7月行事!!

7月と言えば夏!夏と言えば花火大会!と言う事で7月の行事はみっきい花火大会の花火鑑賞会をしました(#^_^#)夕方4時頃から集まり、夜ご飯にとカレー作りをしましたよ。作ったカレーは『夏野菜カレー』。私なんかは家では絶対に作らないであろう、野菜をたくさん入れたカレーが出来上がりましたよ♪デザートには懐かしのフルーチェを作り、サイドメニューは野菜の素揚げ♪ゴーヤの苦みが最高でした。Uさんお手製のきゅうりのキューちゃんとかレーの相性もピカイチでしたよ☆

夜はお待ちかねの花火大会。会場までは行かず、Oさんお勧めスポットで見ましたがとても綺麗で感動でした(^o^)/どうやら本物のみっきいのパレードが来ていたようですがそちらはどうだったんでしょう。行った方はいるのかな?



お礼

～島原そうめんの注文に関して～

皆様にご協力をいただき、今年の夏もたくさんの島原そうめんの注文をいただくことができました。

本当にありがとうございました。

注文にあたり出ました利益は、利用者の工賃として活用させていただきます。

次回冬にはうどんのご案内をしたいとおもっています。

ぜひ冬もよろしく願います(*^-^*)

太郎のマンガコーナー