

29	19	13	12	2
木	月	火	月	金
(来年1月3日まで) 冬休み	精神科医来診	内科医来診	精神科医来診	お楽しみ餅つき

☆12月の予定☆



2016年12月号

藤の実学園だより

一泊旅行（山梨方面）報告

11月17日（木）・18日（金）山梨県へ一泊旅行に行ってきました。1日目は、富士山シーダードーム館を見学し、河口湖温泉ホテル湖龍では、天然温泉に浸かった後、美味しい料理を食べ、カラオケで盛り上がり楽しいひと時を過ごしました。2日目は、桔梗信玄餅工場を見学し、たくさんのお土産も買うことができ、とても楽しい2日間となりました。

担当（高安・田邊・福田）



なぎと班切手納品

11月25日（金）に町田にある金子画廊に切手納品に行ってきました。納品後には、横浜スーラシアに行き、たくさん動物たちと触れ合い、一日楽しく過ごすことができました。

担当（端山・松永）



11月の調理

11月の調理は、ミネストローネを作りました。キャベツ、じゃがいも、人参、ベーコンをニンニクと一緒に炒め、コンソメスープで煮てトマトの水煮とマカロンを加えて出来上がり！「ミネストローネのマカロンはシエル型だー」とこだわる職員を横目に「リボンマカロンの、くるくるマカロンの、可愛いね」と大満足でした。



担当(田中香・田中恭)

お楽しみもちつきのお知らせ

12月2日(金)に、太陽の家体育館にてお楽しみもちつきを行います。今年度も、午後の時間帯を使い、前半の13:40からは利用者によるもちつき、後半は14:20よりお楽しみ会を予定しております。ご家族や講師、ボランティアさんをお招きし、利用者、職員による出し物や1年の思い出を振り返るスライド上映を予定しております。皆様のお越しをお待ちしております。お楽しみー！

担当(高橋大・寺本・田邊)

第34回光友会

チャリティーコンサート

【日時】 来年2月17日(金)
 【場所】 藤沢市民会館・大ホール
 【開場】 17:30 【開演】 18:30
 【座席】 S席3000円、A席2500円、B席1000円
 今回のチャリティーコンサートは、俳優だけでなく、音楽活動も行っている吉田栄作さんにお越しいただき、優しい歌声を聴かせてもらいます。引き続き、近隣や知人に声をかけていただき、チケット券売のご協力をよろしくお願いたします。皆様のお越しをお待ちしております。

担当(二見・長野・高安・田邊)

年末年始のお知らせ

年末年始の休園日は次の通りです。
 12月29日(木)～1月3日(火)
 お間違いない様によろしくお願いたします。



藤の実学園

野菜の高騰を乗り切ろう！

台風や日照不足などの天候不順により、野菜価格の高騰が続いています。

その中でも、もやし、きのこ、スプラウト類(貝割れ菜など)は、安定した価格で購入でき、大変重宝されているようです。もやしを使った、かきあげはさくとした食感がよく、仕上げに貝割れ菜を加えた味噌汁は、意外な組み合わせですが、美味しくいただけます。

また市販の冷凍野菜もおススメします。旬のものが収穫後すぐに加工されるので、栄養価が高く、品質も良いといわれています。

野菜不足解消にお役立て下さい。



栄養士(松田)

あどがき

季節の移り変わりは早いもので、今年も残すところ後1か月となりましたね。皆さんにとって今年1年はどんな年になったでしょうか。

11月に入り、各地で色鮮やかな紅葉が見ることができたかと思えます。一泊旅行で訪れた山梨県でも富士山を眺めながら、綺麗な紅葉を利用者の方たちと一緒に楽しむことができました。

年末になり、これから寒さがますます厳しくなると思います。外に出る際はしっかりと着込み、風邪対策を行い、ご家族の方々も体調を崩さない様に気を付けてください。

担当(大津・田中香)

「藤の実学園だより」12月号

発行 社会福祉法人 光友会

太陽の家 藤の実学園

藤沢市鵜沼海岸

6・6・12

TEL (0466) 33-1411

発行日 2016年 12月1日