

6月の予定

太陽の家まつり(2日)
体重測定(3日)
神科医来診(3日)(17日)
耳鼻科検診(4日)

内科医来診(11日)
作業工賃支払い(13日)
眼科検診(19日)
かぜ班切手納品(21日)

藤の実

学園だより

2019年6月号



ソーラー春お晴
長井の天気の5月10日、
イユ海バス旅行で
「の丘」の手公園に



春のバス旅行 パート1



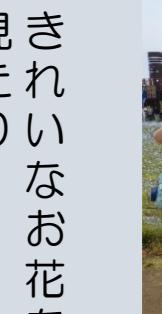
栄養士のお話



お風はハンバーグ
プレート&ドリンク
バー!

春のバス旅行

パート2



アルバイトの方もソフト！



ヘグリーンピースごはん

① 米2合は洗って水を切り20分程おく。

② さやから取り出したグリーンピー
ス1カップ分を、水2カップで5
分程茹で、そのまま冷ましておく。
③ 米、酒大さじ2、塩小さじ1、
の茹で汁を炊飯器に入れ、2合の
目盛りまで水を足し、炊飯する。
④ 炊き上がったら、②のグリーン
ピースを加えて混ぜ、10分程蒸ら
してできあがり。

初夏にかけてグリーンピースが旬を迎えていきます。脇役の印象が強いですが、栄養価は高く、食物纖維やたんぱく質、カリウム等が豊富に含まれています。一年を通して食べられるのですが、生のグリーンピースは甘味・風味が格別です。ご飯、炒め物、スープ等、食卓の主役級として是非お試し下さい。



登山が趣味で、登頂した時の爽快感
がたまらなく好きです。小さな一步
の連続が登頂に繋がるように、利用
者さんにもそんな支援ができるよう
頑張っていきたいと思います。



奥津 香奈子

皆さんには湘南ベルマーレというサッカーチームはご存知ですか？藤沢を含む9市11町をホームタウンとするプロチームです。昨年創立50周年を迎え、記念すべき年にルヴァン杯初優勝、熾烈なJ1残留争いを勝ち抜き、今季もJ1で戦っています。私は6年ほど前から湘南を応援しており、月に2～3回は平塚にある総合公園に通っています。

最近、その湘南のロッカールームの様子を収めたDVDが巷で話題になっています。ロッカールームで繰り広げられる選手同士の言い争いが迫力満点だとニュース等で取り上げられました。チームが連敗している中、目の前の勝負に勝つために年下関係なく大人たちが本気で喧嘩をする：プロとして勝負の世界で戦う選手たちのリアルな姿が見られます。有名な選手や日本代表が多くて目の前の勝利を掴みにいきますが、チーム一丸とみなって、湘南もつい熱い試合をVで観てきました（笑）

(丁職員)

新人紹介

今月のひとりごと