

2022年1月号

藤の実 学園だより



1月の予定



【体重測定】

6日(木)

【成人を祝う集い】

12日(水)

【精神科医来診】

17日(月) なぎさ班

24日(月) つき班

【内科医来診】

11日(火) なぎさ班

つき班

【健康診断】

13日(木) そら班

18日(火) なぎさ班

20日(木) うみ班

25日(火) つき班

27日(木) かぜ班

大

吉



お楽しみ会の看板写真です。みんなで協力して制作しました！



お



楽



し



み



会



栄養士のお話



長ねぎは今が旬で、鍋料理や煮もの、肉巻き、マリネなど、色々な料理で楽しめる野菜です。

青い部分は、緑黄色野菜に分類され、栄養価も高いと言われています。肉・魚の臭みけしや、薬味といった補助的な使い方だけでなく、今回はこの青い部分を主役にした食べ方をご紹介します。

①ボウルに細かくきざんだ青い部分2本分、卵1個、小麦粉大さじ1、削り節小袋(2.5g位)を入れ、よく混ぜる。

②ごま油をひいたフライパンで、両面がきつね色になるまで中火で焼いて、できあがり。

ポン酢やソースをかけて食べると美味しいです。

今月のひとりごと

前回の「ひとりごと」でペットのマイクロブタの話を書いたところ、意外にも反響があり、「ブタちゃん元気？」と気に掛けて下さる方が多かったので、またブタの話を書こうと思います。

1年前に25キロだった体重はさらに増えて35キロになりました。毎日お散歩に行くのですが、夏の間は近所の果樹園の売店に行って梨を食べ、夏が終わると川沿いに生えている野草をサラダバーのように食べ続け、今はどんぐりがたくさん落ちている場所まで行って夢中で食べています。不思議なのが、その季節になると自ら率先してその場所まで歩いていくことです。夜は、毎日20時頃に夜食をあげていますが、それまでファンヒーターの前で気持ちよさそうに眠っていても、20時になると突然起き上がり夜食の催促をはじめます。食のアンテナと腹時計の正確さには感心してしまいます(笑)

寝る時間になるとベッドに潜り込んでくるのですが、人よりも体温が高いので湯たんぽ代わりになってくれています。大きくなったので抱き枕のようで、可愛い寝顔を見て每晚癒されています♡



今回は、新任職員 奥津 太久磨 職員の紹介を予定しています。



総合防災訓練

11月16日(火)に総合防災訓練が行われました！
避難した後は、煙体験・起震車体験・はしご車の見学をしました。



藤の実カレンダー

令和4年

January

2021年に撮ったたくさんの素敵な写真を
カレンダーにしました。



今年もたくさんの笑顔にあふれた1年となりますように。



午前の部



2021年最後の行事でした！2022年も沢山の行事をみんなで楽しみましょう！



藤の実お楽しみ会