

藤の実学園だより

2014年7月号



さくらんぼ

☆7月の予定☆

28	25	16	15	14
月	金	水	火	月
精神科医来診	切手納品(つき班)	家族参観	家族参観	内科医・精神科医来診

太陽の家まつり

太陽の家まつりが6月1日(日)開催されました。毎年まつりを盛り上げてくれた咲楽楽さんですが、諸事により今年度が最後になりました。今まで本場にありがとうございました。また、利用者の皆さんは、模擬店では焼きそば、ピザを美味しくそくに食べていました。藤の実では、陶芸・織り製品を販売をし、ご家族や地域の方も多くご来場いただきました。天候にも恵まれ1日を通してまつりを楽しむことができました。

担当(高安)



模擬店でお買い物♪



咲楽楽さんありがとう!



演奏にうっとり♪



記念撮影!

太陽の家 福祉絵画展

太陽の家福祉絵画展が6月21日(土)〜23日(月)太陽の家体育館にて開催されました。3日間合わせて約1500人ほどの来場者がありました。22日(日)には、来日しているマッケンジー・ソープ氏も来場され、ワークショップを開催してみなさんと一緒に楽しいひとときを過ごす事が出来ました。ご協力ありがとうございました。

藤の実学園



3日間で約1500人のお客様が来場されました。



福祉バザーでは11の事業所が参加。



織り・陶芸作品も販売しました。



ソープ氏の作品はどれも素晴らしかったです。



トークセッションではソープさんの温かさを感じました。



湘南近辺で創作活動をされている方々の作品です。

切手納品代替え外出（にじ班）報告

にじ班の切手納品(代替え外出)を6月13日(金)に行ってきました。今回は横浜市にあるアンパンマンミュージアム。アンパンマンと一緒に楽しい時間を過ごせました。

担当(田中・片岡)



ジョナサンで日替わり定食を食べました。



アンパンマンと一緒に♪

八部公園プールが始まりました!

八部公園プールが6月24日(火)より始まりました。今年は八部プールは午前中の活動となります。まだ少し涼しい日もありますが、元気に泳いで楽しい活動にしたいと思っています。

担当(大津・福田)



楽しんで泳げます☆



6月の調理(生活班)

6月の調理は、「そつめん」を作りました。トッピングはきゅうり。涼しさを感じる事が出来るメニューでした。

担当(大津・松永)



これから茹でます!



さっぱりして美味しい!!

切手納品(つき班)のお知らせ

つき班の切手は7月25日(金)に予定しております。詳細は後日お知らせいたします。

担当(大津・端山)

着替えのご用意のお願い

歩行後に汗をかいたり、水遊びなどで着替えの回数が増える季節になります。半袖シャツ、スポン、下着、靴下など、着替えのご用意をお願い致します。

藤の実学園

～高血圧の新基準～

日本高血圧学会の「高血圧治療ガイドライン」が新しくなりました。正常高血圧は最高血圧が130、139、または最低血圧が85、89です。新しいガイドラインでは高血圧を3段階に分けています。正常高血圧は高血圧の一手前前で注意が必要なしベルであり、高血圧予備軍の段階とされていますので、自分の血圧がどのレベルか知っておきましょう。

看護師(渡辺・藤井)

～生きくらげが旬です～

生きくらげが旬を迎えています。無味無臭でコリコリとした食感を楽しむだけだと思われがちですが、実は食物繊維やカルシウム・鉄・ビタミンDなどを多く含む栄養価の高い食材です。食べやすい大きさに切って1分程茹でた生きくらげを、きゅうりや人参等好みの野菜と和えると簡単でさっぱりとした食感の良い一品が出来上がります。クセが無いのでどんな食材とも合います。生の生きくらげが食べられるこの時期に、炒めもの・和え物・汁の具など色々な食べ方を楽しみましょう。

栄養士(松田)

あじがき

今月は、梅雨に入り湿気も多く過こしにくい時期が続いています。世間は4年に1度のワールドカップが開催されて盛り上がりつつある中、太陽の家でも太陽の家まつりや福祉絵画展が行なわれ、楽しいイベントが多い1か月でした。

6月下旬より、夏の恒例のプールが始まりました。八部プール・鶴南小プール・白浜養護学校プールと地域資源を活用し、夏を楽しみたいと思っています。

担当(福田・高橋)

「藤の実学園だより」7月号

発行 社会福祉法人 光友会
太陽の家 藤の実学園
藤沢市鶴沼海岸

6・6・12

TEL (0466) 33-1411

発行日 平成26年 7月1日