



10月の予定

体重測定(2日)

運動会(5日)

内科医来診(9日)

精神科医来診(8日)(22日)



藤の実

学

園

だ

よ

り

2018年10月号



おでかけツアー



9月14日(金)に第2回おでかけツアーが実施され、宮ヶ瀬湖畔園にてバーベキューを楽しんできました。おいしいお肉や野菜、焼きそばをお腹いっぱい堪能し、みなさん満足そうな表情をされていました。

栄養士のお話

「ヤー」ン」をご存知ですか？
さつまいぶによく似た見た目とシャキシャキと梨のような歯ざわりが特徴の野菜です。店頭に並び量はまだまだ少ない様ですが、健康に良い野菜といわれ、含まれる成分には腸内環境改善、便秘解消、血管の老化防止、美肌等様々な効果が期待できます。

味にクセがないので、千切りにして水にさらした後、サラダとして食べる事ができます。また、同様に準備したものをごま油で炒め、めんつゆで味つけした、きんぴらもおおすすめです。お好みでごまや唐辛子を加えても美味しいです。

お店で見つけたら、ぜひお試しください。



福祉の豆知識

「行動援護」

行動に著しい困難を有する知的障害や精神障害のある方が、行動する際に生じ得る危険を回避するために必要な援護、外出時における移動中の介護、排泄、食事等の介護のほか、行動する際に必要な援助を行ないます。障害の特性を理解した専門のヘルパーがこれらのサービスを行ない、知的障害や精神障害のある方の社会参加と地域生活を支援します。

対象者としては①障害支援区分が3以上 ②障害支援区分の認定調査項目のうち行動関連項目（12項目）の合計点数が10点以上である方が対象となります。



今月のひやりんぐ。

小田原市民歴24年目の山田です。皆さんは小田原がどんな町か知っていますか？「え、静岡県じゃないの？」とたまに言われたりしますが、神奈川の県西地区代表と言っても過言ではありません！小田原と言えはまず小田原城のイメージがありますよね。実は、この小田原城は2年前に大改修を行ない、その改修終了の記念として冬に城全体を使ったプロジェクションマッピングが実施されました。今年の冬も実施するという噂がありますので一度来てみてはいかがですか？その他にも年間行事がいくつもあるので、ぜひ足を運んでくださいまし！

小田原城を語る上でもう一つ重要なポイントがあります。現存していませんが、実は、小田原にはもう一つ城があったのです。その名も「石垣山一夜城」。難攻不落と言われていた小田原城を落とす為、豊臣秀吉がたった一夜で作った（と見せかけた）城です。現在は一夜城跡として知られており、小田原を一望できるのでオススメです。

長々と小田原愛を語ってしまいました…小田原市民歴24年目の山田でした。ありがとうございました。

次回は 杉山大輝職員です



うみ班切手納品

9月28日（金）にうみ班切手納品の代替外出として寒川神社と平塚総合公園ふれあい動物園に行ってきました。寒川神社で参拝と昼食を食べた後、平塚総合公園ふれあい動物園にてヒヨコやハムスター等と触れ合ってきました。お天気にも恵まれ楽しい一日となりました。

