

藤の実学園だより

2016年8月号



☆8月の予定☆

29	28	26	23	15
月	日	金	火	月
精神科医来診	ぶくし村まつり	切手納品(じい班)	内科医来診	精神科医来診

希望寄席スペシャルステージ in 2016

【日時】9月9日(金)

【場所】湘南台文化センター 市民シアター

【開場】17時30分 【開演】18時30分

【全席自由】前売り・当日券 2,000円

【出演】桂雀々・三遊亭好太郎・春風亭ぴっかり・瞳ナナ・三遊亭けん玉

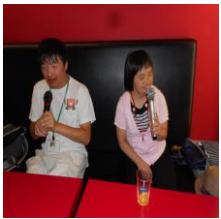
すでにご購入いただいた皆様には、ご協力感謝申し上げます。まだ券に余裕があります。ご家族や知人、ご近所にも声を掛けていただければ幸いです。皆様のお越しをお待ちしております。

担当(二見・長野・高安・田邊)

第1回お出かけツアー

7月15日(金)にお出かけツアーで小田原コロナワールドに行ってきました。午前はボウリングを行い、ストライクやスベアも出て大きな歓声が上がっていました。昼食後、カラオケで大いに盛り上がり楽しめました。

担当(片岡・神谷)



2016年度 水泳プログラム

7月1日(金)から今年度の水泳が始まりました。皆さんとっても気持ちよさそうな表情を見せてくれて楽しまれていました。

担当(大津・橋之口)



うみ班切手納品代替外出

7月29日(金)にうみ班の切手納品代替外出で、茅ヶ崎里山公園でバーベキューを行いました。当日は天候にも恵まれて、美味しいお肉をたくさん食べた後、ライフ湘南にて軽食をとりました。夏らしい活動に利用者の皆さん笑顔多く見られていました。



担当(高橋大・神谷)

7月の調理

7月の調理はチーズ餃子を作りました。餃子の皮の間にツナ、ポイルしたウィンナー、カリカリベーコン、スライス玉ねぎ、チーズをはさんで両面に焼き目を付けました。普通の餃子と見た目は違いますが、皮のパリパリ感、とろーりチーズの食感が絶妙でした。



担当(田中香・田中恭)

活動報告

今年も7月7日(木)七夕に笹に短冊や笹飾りを付けて玄關に飾りました!皆さんの願いが叶うと良いですね!



藤の実学園

切手納品のお知らせ

にじ班の切手納品は8月26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(田中香・高安)

バーベキュー開催!

8月8日(月)と10日(水)に生活グループと活動グループに分かれてバーベキューを開催する予定となっております。たくさん食べて暑い夏を乗り切りましょう!

藤の実学園

ふくし村まつりのお知らせ

8月28日(日)に、夏の風物詩「光友会ふくし村まつり」を開催致します。藤の実学園からは、陶芸・織りの作品販売を予定しています。当日は各種模擬店、イベント、抽選、打ち上げ花火など楽しく賑やかなお祭りになるとお思います。ぜひ皆様のお越しをお待ちしております。

担当(横田・端山)

夏バテにおススメ!

モロヘイヤは青菜には珍しく、夏に旬を迎えます。刻むと出てくるネバネバが特徴で、胃腸の粘膜保護、イライラ解消、疲労回復など夏バテ改善に役立つ成分がたっぷり含まれています。くせのない味で、他の青菜同様、炒める、ゆでる、揚げる等様々な調理法で楽しめます。

茹でて刻んだモロヘイヤを使った食べ方をご紹介します。

①めんつゆに入れ、麺とからめて食べる。山芋や納豆、オクラ等も加えて栄養満点の一品になります。

②ざく切りにしたトマトとポン酢で和える。30分程度冷やすと味がしみて、更に美味しくなります。旬のモロヘイヤをぜひ、おためしてください。

栄養士 松田



あどがき



梅雨も明け、いよいよ夏本番ですね。今年の梅雨は雨が少ないように感じられ、梅雨であるという実感があまりないまま終わってしまいました。

歩行先の長久保公園では蝉も鳴き始め、夏の到来を感じさせつつ、利用者の方たちも汗をかきながら一生懸命歩かれています。

短い夏の時期ではありませんが、ご利用者の方、ご家族、体調を崩すことのないように、暑い夏を職員と一緒に元気に乗り切りましょう!

担当(大津・田中)

「藤の実学園だより」8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 8月1日