

藤の実学園だより

2016年
10月号



★10月の予定★

21	17	15	11	7	3
金	月	土	火	金	月
家族懇談会	精神科医来診	鶴沼公民館まつり	内科医来診	運動会	精神科医来診

第2回お出かけツアー

9月16日の(金)に第2回お出かけツアーで宮ヶ瀬湖に行き、バーベキューを開催いたしました。小雨が降る中ではありましたが、涼しい気候の中、たくさん食べてお腹いっぱいで大満足の一日でした。



これからつり橋を渡ります。皆さん高い所は大丈夫かな(笑)



職員が一生懸命焼いています。



記念撮影でーすっ♪ パチリ!



おいしくいただきました!

光友会ふくし村まつり

8月28日(日)に、光友会ふくし村まつりが開催されました。藤の実学園からは、陶芸・織りの作品を出店しました。多くの方が来場され大盛況のうちには終わることができました。

担当(端山・横田)



お客様に声をかけ一生懸命、販売していました!

第12回明大チャリティーアート展

今年度も藤の実学園のプログラムへの取り組みを地域の人に広く知っていただくため、明大チャリティーアート展に参加いたします。皆様のご来場をお待ちしております。

藤の実学園

期日：10月25日(火)から30日(日)

場所：藤沢市民ギャラリー

藤沢ルミネプラザ6階

内容：陶芸・織りの作品

9月の調理

9月の調理では、冷やし中華を作りました。急に肌寒くなったりしましたが、蒸し暑さもあり、冷やし中華を美味しくいただきました。玉子、きゅうり、ハムを千切りにし、カニカマをさいて盛り付けると涼感満載で彩りよく出来上がりました。

担当（田中香・田中恭）



スペシャルステージ希望寄席 2016

9月9日（金）希望寄席が開催されました。藤の実学園の作品販売では、多くの方が購入して下さいました。ステージでは、爆笑を誘う演出に皆さん楽しい時間を過ごしたかと思えます。

担当（二見・長野・高安・田邊）

バザーのお知らせ

10月15日（土）に、鶴沼公民館にて鶴沼公民館まつりが行われます。陶芸・織り作品の販売を致しますので、ぜひお越し下さい。

担当（大津・神谷）

運動会のお知らせ

10月7日（金）に運動会を開催致します。今年度もスポーツの集大成を発表したいと思えます。紅白に分かれて楽しい競技や、ご家族参加のプログラムも予定しております。皆様の来場をお待ちしております。

場所…太陽の家体育館

時間…9時15分～11時50分

その他…登園降園は通常です。

担当（端山・横田）



「寄付（ソファ）」のお礼

藤の実のご家族よりソファのご寄付がありました。娯楽室で使わせていただきました。本当にありがとうございました。

藤の実学園



里芋が旬な季節になりました

里芋は他の芋にくらべカロリーが低く、独特のぬめりが血圧やコレステロールを下げるのに良い働きをする、身体に嬉しい野菜です。

調理でぬめりをおとしすぎないようにするのがよいでしょう。里芋といえば煮物が定番ですが、ひと味違った食べ方を紹介します。

①茹でて粗くつぶした里芋を細めの俵型にまとめ、ベーコンを巻いて焼く。

②茹でた一口大の里芋をバター焼き、焼き目がついたら、めんつゆをまわしかけ、仕上げにたっぷりのおかかをまぶす。是非お試しください。

栄養士（松田）

あじがき

9月は台風が多く、野菜の高騰もあり、皆さんの食卓にも影響が出ているのではないのでしょうか。食材を工夫し、栄養バランスに気をつけましょう。

暑い夏の時期も終わり、気温が徐々に下がり始め、秋の気配を感じる様になりましたね。季節の変わり目ですので天候が不安定な日が続くと思われまます。衣服の調節、衣替え等を行い、体調を崩さないようにしましょう。

担当（大津・田中香）

「藤の実学園だより」10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 2016年10月1日