

# おやつ作り



なぎさでは、毎月2回おやつ作りをしています。毎回参加者も多く、人気のプログラムになっています。今回は、夏の暑い時期に冷たい美味しいおやつを作りました。

メニュー

- シャーベット
- かき氷 ●プリン
- スムージー
- 月見だんご



美味しくできました!



次回発行は、1月3日です

医療法人 敬愛会 南海病院

自立訓練（生活訓練）・宿泊型自立訓練事業所

なぎさ

〒772-0053 徳島県鳴門市鳴門町土佐泊浦字高砂 14-2

TEL 088-687-0067 FAX 088-683-6363

# なぎさ便り

2014 秋号



2014年秋号なぎさ便りをお届けします。

♪今年の西日本は冷夏となり、あまり気温が上がりませんでした。雨も多く大型の台風の到来などもありました。皆様はどのような夏をお過ごしになりましたか？♪季節はいつの間にか過ぎやすい秋になり、なぎさでは日々の生活訓練に加えて、運動会やレクレーションなど楽しい企画への参加も予定されており、利用者の方の生活や活動も一層充実しています。♪今回は7月からの活動の様子などご報告していますが、この間にも生

活訓練を無事に終え、地域生活を始めた利用者の方がいらっしゃいます。希望に満ちて新しい生活に望まれる利用者さんの力強い一歩が、この方の本当に望まれる未来の始まりであることを、スタッフ一同より願っています。

●7月～9月の主なプログラム

生活訓練プログラム、自炊訓練、おやつ作り、外出レク、外食ツアー、DVD鑑賞、石鹸作業、施設内清掃、室内ゲーム、運動プログラム、余暇活動 etc.

# 外出レク



## 7月 映画鑑賞（北島シネマサンシャイン）

毎年、この時期は映画を観に行きます。今年も北島シネマサンシャインで話題の映画を観て楽しみました。今年の話題といえば、ディズニーの「アナと雪の女王」、もちろん観てきました。皆さん感動したようで、帰ってからいろいろ感想を話していました。歌も良かったようでしたよ。もう一つは、「春を背負って」。山での心の触れ合いを綴った映画で、落ち着いて観て楽しめたようでした。(扶川)



## 8月 POP JOY（ボーリング&カラオケ）

ちょっと遠出の名西郡石井町まで、お出かけしました。お目当ては「カラオケ」と昼食の「すたみな太郎 石井店」で焼肉や寿司、デザートなどの食べ放題です。自分の食べたいものを選んで、自分で肉を焼く作業に、皆さん童心の様にはしゃいで、楽しんでいました。自分で焼いた肉や野菜の味は、サイコーですよ。思う存分、食べた後は「カラオケ」で各々の十八番を唄い、リサイタルショーに皆さん大盛り上がりでした♪(村山)



## 9月 大塚国際美術館

9月の外出レクは、一足早く芸術の秋を満喫しに、大塚国際美術館へ行ってきました。入館してすぐのシスティーナ礼拝堂（最後の審判）の大きさと美しさには皆さんビックリ!!感動されていました。こっそり懺悔する方もいらっしゃいました(笑)最後の晚餐、レオナルド・ダ・ビンチ、ミラノ、イタリア…いろんな絵を鑑賞しながら絵に対する思いを皆さんそれぞれ口に



していました。感動する内容もあれば、ユニークな内容もありました。世界の絵画を巡りながらプチ世界一周の気分になれた楽しい時間でした。(津田)



# 外食ツア一



毎月一回いろいろなお店のお昼ごはんを食べに行っています。

## 7月 ちょもらん軒



川内にあるラーメン道場ちょもらん軒に行きました。野菜は無料で増量でき美味しいお肉と一緒にいっぱい食べることができましたが、みなさん量は意外と控えめ。外食ということもあり遠慮されたんでしょうか^^;いつかちょもらん盛りに挑戦してみたいですね★(山口)



## 8月 ヴァンサンカン

徳島市にあるお好み焼き専門店に行ってきました。お好み焼きを注文するとご飯とみそ汁が付くというボリューム満点のセットになっており、皆さん満足されていました。生活訓練の一環としての外食レクであり、ドリンクバーの体験や注文の仕方などの練習も兼ねて行う事ができました。生活訓練期間の終了後には、利用者が少しでも食の楽しみに外食したりできることを願って企画をしていきたいと思えます。(森本)



## 9月 グラッチェガーデンズ

以前訪れたことがありましたが、好評だったので、メンバーさんも変わったこともあり、再度行ってみました。ピザの食べ放題が魅力的なメニューですが、みなさん、ピザをお腹いっぱい食べ、満足したようです。イタリアンの店なので、他にパスタなどお好みのメニューを注文していましたが、皆さんイタリアン好きが多いみたいです。(扶川)



# なぎさの生産活動

～ 廃油石鹼づくり ～



なぎさでは、廃油を使って石鹼作りをしています。施設で長年行っている生産活動で、利用者の方の日中活動の充実、作業訓練として実施しています。

石鹼は、全て台所から出た油を使用しています。固形石鹼は、暑い時期でないとうまく作れないため、春から夏にかけて一気に大量に生産します。夏場に作った固形石鹼を、今度は、秋・冬で細かな粉末にする粉石鹼作り作業をします。

固形石鹼から粉石鹼づくりまで、全て利用者の皆さんが行います。熱心な方は、月2回行う作業に毎回休まず参加し、励まれています。

固形石鹼、粉石鹼、は主に福祉関係の催しのバザーに出品します。洗浄力がよく、泥よごれやシミなどを落とすのに効果があり、毎回買っていただくお客さんもいて、好評です。

また、年間を通して販売をしていますので、興味のある方は、なぎさまでお問い合わせください。(在庫がない場合もあるのですが、事前にご連絡ください) (扶川)



## ソフトバレー交流試合 8/26・9/9

チーム NARUTO はなぎさとオリーブの木の合同チームで、月1回のペースで合同練習を行っています。今年は新メンバーが加わり、賑やかに練習を行っています。県大会が近づいて練習にも力が入るようになりました。先日の交流試合では、清風さん、城西レンジャーズさん、大楠ファイターズさんと対戦したのですが、1セットをデュースの末に落とすだけで、なんと！！他のセットはすべて勝つことができ、チームの雰囲気もいい感じで盛り上がっています。



10/18の県大会まであとわずかですが、1年間練習してきたつなげるバレーができるようにしたいと思います。(森)





# 自炊訓練

毎月2回、4～5人のグループ  
でいろいろな料理に  
挑戦しています。  
今回も美味しくできた  
ようです！

## 7月

### 第1グループ (カレーうどん)

参加するメンバーで何を作るか決めたのですが、全員一致で「カレーうどん」に決まりました。カレーは作った経験がある人が多いので、手際よくできました。うどんは、大きな鍋いっぱいにお湯を沸かし、人数分一気にゆでました。因みに、一人2玉です。大きな器にうどんを入れ、カレーをいっぱいかけて出来上がりです。(扶川)

### 第2グループ (冷製パスタ)

暑い日が続く、作るなら冷たいものということで冷製パスタを作りました。クックパッドから良さそうなものかつ簡単そうなものを選び、今回はさらにアレンジを加えて豚肉追加！肉は外せませんよね(^)♪ トマトとツナの相性はバッチリ！パスタの上に乗せた冷しゃぶも美味しく夏らしい一品になりました。好評でレシピを持ち帰る利用者さんもいらっしゃいました。(山口)

## 8月

### 第3グループ (盛岡冷麺・手作り餃子)

「ご当地料理を食べたい！」という利用者さんの意見から、盛岡冷麺を作りました。冷麺にスイカを盛り付けるのは、「盛岡冷麺」だけだそうですね。馴染みが薄い料理を作るのは、みんなでわくわく相談しながら作りました。この夏最後のスイカの味に、皆さん舌鼓をうっていましたよ♪ (村山)

## 9月

### 第1グループ (親子丼)

今回のメニューは丼を作りたいと皆さんの意見がまとまり、1番人気の親子丼になりました。野菜や鶏肉を切ったり、だし汁を作ったりと、皆がそれぞれできることをしてくれ、チームワークもバッチリ(^o^)でした。卵が丁度よい半熟状態で味付けもよく、おいしくいただくことができました。(森)

