

ありがとう

29th

皆様と共に

社会福祉法人伊賀市社会事業協会

ときめきニュース

かしの木ひろば



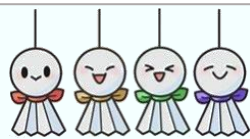
第 345 号

6月に入り日に日に暑さが増し、例年より早い梅雨入りとなりました。

梅雨と言えば長く雨が続き、あまり好きではないという方も多いかも知れません。しかし、米などの成長や夏場の水不足を防ぐためにもこの時期の雨は欠かせません。また、雨の音はリラックス効果、集中力を高める効果もあるそうです。雨音を聞きながら普段とは違う過ごし方をしてみるのもいいかもしれませんね。

日中は気温差があり体調を崩しやすい時期でもあります。天気や気温に合わせて服装を調整して水分をしっかり摂り、食中毒や熱中症にも気をつけて元気にお過ごしください。

「6月の予定」



- 15日(木) 新 克也 医師の診察
- 26日(月) 避難訓練
- 29日(木) 音楽療法 ♪藤森裕子先生
♪前田美佐先生



生活介護より



成年年齢の引き下げに伴い、伊賀市では令和5年より成人式の対象年齢が18歳に変更されました。本年4月からかしの木ひろばの利用を開始された18歳の2名のご利用者も“成人”を迎えられ、みんなでお祝いをしました。

お二人の髪形は伊賀白鳳高校の実習生が担当してくれました。スーツと着物を着用、周りからは「かっこいい!」「かわいい!」といった声が聞かれました。

先輩ご利用者からの祝辞に始まり、かしの木ひろばウクレレ隊による演奏と合唱、この日の写真が入ったフォトスタンドを贈呈し、みんなでおいしいケーキを楽しみました。



ウクレレ隊の演奏



先輩からの温かいエール

ご成人おめでとうございます!



「今月のヘルパーレシピ」

『厚揚げとにんじんのケチャップ炒め』



【材料】(1人分)

- ・にんじん・・・1/2本
- ・厚揚げ・・・1/2枚
- ・サラダ油・・・小さじ1
- ・ケチャップ・・・大さじ1
- ・しょうゆ・・・小さじ1
- ・こしょう・・・少々



【作り方】

- ① にんじんは5mmほどの厚さのいちよう切りにする。
厚揚げは横半分に切ってから、1cm幅に切る。
- ② フライパンでサラダ油を中火で熱し、にんじんを入れてしんなりするまで2分ほど炒め、厚揚げを加えて1分ほど炒め合わせる。
- ③ ケチャップ、しょうゆ、こしょうを加えて全体に味を絡める。



これからもよろしくね

