ともえ通信

第420号
令和5年4月1日発行
発行
ともえ学園

還暦のお祝い(トライアングル)

の様子

野菜クラブ（はなまる）

親水公園(レインボー)

4月の予定

6日	花見（はなまる）
10日	花見（レインボー）
12日	花見（トライアングル）
14日	健康体操クラブ
18日	フラワークラブ
18日	フラワークラブ
21日	グラウンドクラブ
26日	書道クラブ
28日	活動報告会（はなまる）
29日	慰労会（トライアングル）
30日	お楽しみ間食（レインボー）
30日	お楽しみ間食（レインボー）

目次

1ページ…3月の様子・4月の予定
2ページ…レインボーグループの出来事・カフェの日
3ページ…はなまるグループの出来事・今月の一品料理
4ページ…トライアングルグループの出来事・編集後記

レインボーグループ

バスドライブ

３日（金）ともえ学園の近くにある君田遊園地へ行きました。みなさん遊具で遊んだり、川を眺めたり、思い思いの時間を過ごされました。帰園後は、苺のミルフィーユケーキを食べられました。数ヶ月ぶりのバスドライブで、陽の光も暖かく、楽しんでいただけたのではないでしょうか。（佐々木裕也）

カフェ外出

14日（火）利用者さん３名とカフェ外出へ出掛けました。当日はとても天候が良く、絶好の外出日和となりました。コンビニで利用者さんに、購入したい物を自分で選んでいただきました。その後、三次運動公園へ移動してベンチに座り間食を楽しまれました。一息ついた後、春の風を感じながらのんびりと風景楽しみながら散策をされました。（菅原）

カフェの日

10日（金）にキッチンカーを招き、「カフェの日」を開催しました。今回は苺チョコクレープ、アイスコーヒーとマンゴスムージーを用意しました。皆さん落ち着いた雰囲気で、表情も良く嬉しそうに食べられておられました。「美味しかった」と言葉をいただく事も出来ました。今後も喜んでいただける行事を計画して行きたいと思います。（湯木）

はなまるグループ

バスドライブ

８日（水）にバスドライブを行いました。とても天気が良く、気温も上がり絶好の外出日和でした。昼食は先月から希望されていた海鮮丼を食べていただき、その後出発しました。三次市内を周遊し、目的地の風土記の丘に着きました。少し花粉が気になりましたが、園内をウォーキングした後、間食に好みの飲み物と抹茶ワッフルを摂っていただきました。（掛川）

楽しみ外出

16日（木）利用者２名の方とお楽しみ外出に出掛けました。庄原の上野公園は桜が有名なのですがまだ時期が少しだけ早く、蕾の桜木が立ち並んだ池の周辺や遊歩道を散策された後、コンビニで購入された間食を食べられました。久し振りの外出とあって気分転換もされ微笑ましい表情も見られることが出来、大変良かったと思います。これからも喜んでいただける計画をドンドン作って楽しんでもらいたいと思いました。（上川）

今月の一品料理　『アジのマヨネーズホイル焼き』

《材料２人分》 あじ　2切れ　（下味；塩・こしょう・料理酒各少々）玉ねぎ　1/4個人参　1/6本マヨネーズ　30ｇ

《作り方》

①玉ねぎはスライス、人参は細切りにする。
　魚焼きグリルまたはオーブンを200℃に予熱しておく。
②アジの切り身に下味をする。
③アルミカップに②を並べ、①をのせ、マヨネーズを一人分10cm程度絞る。
④魚焼きグリル中火または200℃のオーブンで10分焼く
⑤粗挽きコショウをかける。

◇魚にマヨネーズを乗せて焼くことで、魚の臭みも無く野菜も一緒に摂れる一品です。魚の切り身があれば簡単に出来るので是非作って見て下さい。（本藤）

トライアングルグループ

バスドライブ

６日（月）に風土記の丘まで出掛けました。バスドライブは11月に行って以来の久しぶりの外出となりました。この日は天候もよく春を感じられる陽気でした。心地良い風を感じながらゆっくりと園内を歩きました。屋外で間食も食べていただき少しずつですが以前の生活に近づいているように感じる場面でもありました。（岩戸）

お楽しみ外出

16日（木）、３名の利用者さんとお楽しみ外出を行いました。今月より外出先での制限が緩和され、コンビニでの買い物が出来るようになりました。久しぶりの買い物で、好きな物を選ばれ楽しまれたと思います。お菓子を買った後は尾関山公園を散歩。桜はまだ早かったですが、ゆっくり歩いていただき、くつろぐ事もできました。（渡邊）

編 集 後 記

ＷＢＣ優勝おめでとうございます。運の良い勤務で全ての試合をフルタイムで観戦することが出来ました。優勝の瞬間は息子と一緒に観ることも出来ました。カープは新井新監督の下、シーズンを迎えますがそろそろ新しい選手が見たいと思っています。誠也や丸、新井選手が出始めた頃のワクワクをきっと全カープファンは待っているはずです。それでは新応援歌を覚えてマツダスタジアムに行ってきます。一年間ありがとうございました。（藤本）