ともえ通信

第428号
令和5年12月1日発行
発行
ともえ学園

11月の様子

グラウンド・ゴルフ(トライアングル)

木工クラブ(はなまる)

芋掘り(レインボー)

12月の予定

4日	忘年会(レインボー)
7日	忘年会(はなまる)
11日	忘年会(トライアングル)
12日	グラウンド・ゴルフ
14日	ボッチャクラブ
15日	書道クラブ
18日	健康体操クラブ
19日	フラワークラブ
25日	クリスマス会
28日	慰労会(トライアングル)
29日	活動報告会(はなまる)
31日	お楽しみ間食(レインボー)

目次

1ページ…11月の様子・12月の予定
2ページ…レインボーグループの出来事・
3ページ…はなまるグループの出来事・栄養課便り
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】

11月10日（金）バスドライブで作木の迦具神社へ行かれました。県の天然記念物である大銀杏の観覧を期待していましたが、当日は生憎の雨模様ということで銀杏の木は車窓から見ていただきました。下車をして散策等が出来なくて残念でしたが、ドライブを楽しまれ気分転換してもらえたように思います。帰園後、食堂でコンビニスィーツを皆さん美味しそうに食べて満足そうな顔をされていました。（林）

【カフェ外出】

11月14日（火）にカフェ外出で三次運動公園に３名の利用者さんが行かれました。立ち寄ったコンビニでは、目移りする商品が並んでおり少し悩まれながらも、嬉しそうな様子で好きな食べ物と飲み物を購入されていました。天候にも恵まれ、目的地の運動公園では色付いた木々の中、気持ちよさそうに散歩をされていました。（圓藤）

『ボッチャクラブ』

今年度から、ともえ学園ではボッチャに取り組んでいます。ボッチャは気軽に誰でも楽しめ、パラリンピックの正式種目にもなっているスポーツです。最初は的に向かって投げる事から練習され、ルールも少しずつ理解されながら取り組まれています。いつの日かともえ学園からパラリンピックの選手が・・・と、ワクワクしながら一緒に楽しみたいと思います。（見土）

はなまるグループ
【バスドライブ】

11月８日（水）JAひろしま農業協同組合三次地域本部様より芋掘り体験のお誘いを受け、三次市廻神町の畑に招いていただきました。今回はいつもと違う場所で皆さんとても楽しみにされていました。畑に到着してまずは芋掘りをされました。その後ネギの収穫もされました。収穫後は多くの利用者さんから「楽しかった」といった感想をもらいました。初めての取り組みでしたが楽しんでいただけたと思います。(佐々木優希)

【お楽しみ外出】

11月７日（火）電光石火みよしパークへ２名の利用者さんが行かれました。やや風は冷たかったですが、公園内を散歩するには絶好の日和。コンビニで購入したお菓子を食べて、ゆっくり・のんびりと散歩されました。今年も残すところあとわずか、外出は締めくくりとなりますが、良い気分転換になられたと思います。（渡邊）

栄養課便り

【活動報告会の間食】

11月24日（金）の活動報告会で提供したおやつです。今年も皆さんでさつまいもを収穫されました。品種は甘みが特徴的な安納芋という種類で、粘質性で水分が多く、焼くとねっとりとした食感が人気のさつまいもです。蒸してりんごと一緒にあわせマフィンにしました。さつまいものしっかりした甘みがよいアクセントになり、生のりんごをまぜることでパサパサ感のないしっとりとしたマフィンに仕上がりました。（本藤）

さつまいもとりんごのマフィン（直径６ｃｍのマフィン型５個分）

《材料》

さつまいも 小1本（150g）、りんご 1/4個、バター 55g
砂糖 25g 、卵 中１個、牛乳 大さじ１、ﾎｯﾄｹｰｷﾐｯｸｽ 110g

《作り方》

①さつまいもは１ｃｍ角のサイコロ状にカットして、600Wの電子レンジで４分加熱し、粗熱をとっておく。りんごは皮と芯をとってスライスする。オーブンを170度に熱しておく。
②ボウルに、バターをいれ泡立て器でクリーム状になるまでまぜる。ここへ砂糖を２回くらいにわけていれる。　溶き卵を少しずつ加え全体が均一になるまで混ぜる。
③②にホットケーキミックスを加え、軽く混ぜ合わせ、さらにさつまいもとりんごを入れ、粉気がなくなるまで混ぜる。
④カップに③をいれ、170度のオーブンで25分焼く。

トライアングルグループ

【お楽しみ外出】

11月７日（火）に３名の利用者さんが外出されました。11月に入っても暖かい日が続いており、当日も秋から冬に近づいているとは思えない程、過ごしやすい気候でした。まずは、コンビニで好みの間食を購入していただき、次は広島県立みよし風土記の丘に移動して散策後にベンチで間食を摂っていただきました。みなさん、美味しそうに間食を食べられた後は紅葉をバックに記念撮影。その後、三次市内をドライブしながら帰園しました。とても暖かく、気持ちの良い風も吹いて天候に恵まれた外出となりました。利用者の方も良い気分転換になられたと思います。（掛川）

【バスドライブ】

11月13日（月）に広島県立みよし風土記の丘に行かれました。早朝は小雨も降っていましたが、出掛ける頃には秋晴れの良い天気となりました。風土記の丘では少し散策をされ、屋根付きの休憩所では椅子を並べて間食を摂ってもらいました。間食は希望のお菓子と自動販売機で購入された飲料水です。

いつも飲まれている飲料水とは違う物を選ぶ利用者さんが多くおられ、喜ばれていた様子でした。帰りは「尾道･松江道」を通り、葉が枯れてきた山々を眺め季節を感じたり、幾つかのトンネルを抜けたりと、ちょっとした旅行気分を感じていただけたのではないかと思っています。（上川）

編集後記

広島県で11月初旬に最高気温が25℃を超える夏日を３回記録し、３回観測するのは観測史上初とのことで、異例の暑さが続いたかと思えば、18日の親の会研修会の日には、降雪により学園周辺では一面雪景色となり驚きました。今後、日本は四季から二季になるのではないかと言われており、地球温暖化の影響を感じる出来事でした。綺麗な紅葉が毎年見られなくなるのでは･･･と心配です。（藤井）