



ほだ木運び  
(レインボー)

# ともえ通信

第437号  
令和6年9月1日発行  
発行  
ともえ学園



福山城にて  
(はなまる)



## 8月の様子



アクアにて  
(トライアングル)



## 9月の予定



- |     |                 |     |                 |
|-----|-----------------|-----|-----------------|
| 4日  | バスドライブ(トライアングル) | 20日 | ポッチャクラブ         |
| 6日  | バスドライブ(レインボー)   | 21日 | 健康体操クラブ         |
| 9日  | バスドライブ(はなまる)    | 29日 | トライアングルレクリエーション |
| 13日 | 書道クラブ           | 30日 | お楽しみ間食(レインボー)   |
| 14日 | グラウンド・ゴルフクラブ    |     | 活動報告会(はなまる)     |
| 17日 | フラワークラブ         |     |                 |

### 目次

- 1 ページ… 8月の様子・9月の予定
- 2 ページ… はなまるグループの出来事、書道クラブ
- 3 ページ… トライアングルグループの出来事、栄養課の記事
- 4 ページ… レインボーグループの出来事・編集後記



### はなまるグループ



#### 【夏祭り】

8月7日(水)に、はなまるグループ夏祭りを行いました。昼食には屋台を感じていただけるメニューを用意し、それぞれのテーブル毎にノンアルコールビールで乾杯をされました。食後に、オリジナルうちわの制作をしていただき、皆さん上手に絵付けをされ個性溢れる作品が出来上がりました。最後に打ち上げ花火、皆さんパンパンという音にワーッと拍手をしておられました。間食にはたこ焼きの snacks 菓子とアイスクリーム、そして昔懐かしのビー玉入りラムネ飲料を堪能されました。(見土)



#### 【お楽しみ外出】

8月13日(水)に利用者さん3名がお楽しみ外出に出かけられました。場所はサングリーン。おひとりは、玩具店での買い物を楽しみにされていて嬉しそうに店内で品物を選んでおられました。他の方も色々眺めておられ、その中に宇宙戦艦ヤマトのプラモデルを見つけ笑顔で見つめておられました。購入された後は間食を買いに食品売り場へ。予め決めておられた間食を選ばれては見たものの、目移りされた様子で色々変更。なんとか決まりセルフレジを体験されフードコートで一息されました。久しぶりのショッピングを楽しんでおられ、周りを気にせずのんびりされていたようで良かったと思いました。(堂西)



#### 【書道クラブ】

ともえ学園では平成28年から「書道クラブ」を発足させています。上達を目指して工夫しながら書く人、個性的に自由に書く人、参加する事に意義を持つ人、各々取り組んでもらっています。取り組み方や出来映えを見て、知らなかった一面も垣間見え、皆さんの個性を発揮する場になっていると思います。なにより楽しそうに参加していただいているのが、いちばん嬉しいところです。皆さんの生活を充実させる何かになっていけば良いと思います。(渡邊)





## トライアングルグループ

### 【夏祭り】



8月5日(月)にトライアングルの夏祭りを行いました。昼食は、屋台にありそうな、焼きそばやたこ焼き、から揚げなどの入った外注のお弁当でみなさん、美味しそうに食べておられました。食後は「ストレッチでお菓子をゲットしよう」というゲームに参加していただきました。チーム対抗で、しっかり身体を伸ばして早くお菓子が取れた方に得点が入ります。飛び上がってとる方、帽子を使って取ろうとされる方もおられました。その後、キッチンカーに来ていただき、かき氷を提供していただきました。短い時間でしたが、夏を感じていただける行事になったのではないかと思います。(若床)



### 【お楽しみ外出】

8月6日(火)に電光石火みよしパークへ利用者さん3名が行かれました。途中でマクドナルドへ行き、ポテトやナゲット、コーヒーなどを購入、園内の日陰があるベンチで食べていただきました。その後は日差しが強く、暑さも厳かったので、車に乗車し三次周辺のドライブを楽しんでいただきました。車に揺られながら気持ち良さそうに眠っておられたり、外の風景を観ながら、のんびりとした時間を過ごしていただきました。(菅原)



## 栄養課便り

### 【冷やし豆乳担々麺】

暑い日にぴったりの冷やし豆乳担々麺のご紹介です。肉味噌の辛味が食欲をそそり、水の代わりに豆乳を入れる事で、タンパク質やミネラル補給をすることができ、豆乳のコクで、味をしっかりと感じることができます。(本藤)

材料(4人分) ゆで麺 4玉

～スープ～

無調整豆乳400ml

めんつゆ(3倍濃縮) 20ml

すりごま15g

ラー油 適量

～飾り～

おこのみのもの

～肉味噌～

おろししょうが・おろしにんにく各適量

鶏ミンチ 200g

赤味噌大さじ1/2

濃口醤油大さじ1/2

砂糖 大さじ1

ごま油 大さじ1/2

片栗粉 適量



作り方

- 1 スープの材料を混ぜあわせて冷蔵庫で冷やす。
- 2 加熱する前にフライパンに片栗粉以外の材料を入れ、全体を混ぜ合わせる。中火にかけ、肉に火が通るまで炒める。水とき片栗粉を加えとろみをつける。
- 3 ゆで麺は加熱し水にさらし水気を切っておく。飾りの野菜をカットする。
- 4 器に麺をいれ、スープを注ぎ、肉味噌をのせる。飾り野菜を盛り付ける。



# レインボーグループ 【バスドライブ】



8月9日(金)に江の川カヌー公園作木へバスドライブに出掛けられました。とても暑い日が続いており、当日も気温が高く予定していた散策や外での間食する事ができず残念でした。しかし、川沿いにバスを止め写真を撮ったり、風に当たっていただく事ができ、少しの時間でしたが気分転換をしていただけたように思います。(田村)



## 【日帰り旅行】

8月16日(金)に島根県の奥出雲へ日帰り旅行へ出掛けられました。奥出雲の鬼の舌震いを散策しておろちループに寄るコースをドライブしました。猛暑で屋外での移動が心配でしたが、鬼の舌震いでは三次に比べて少し涼しく、遊歩道を散策することができました。お盆と重なり、観光客もおられ、観光客が橋を渡る様子を見ながら、職員や利用者さん同士で手を握り、恐る恐る吊り橋を渡られていました。スタート地点に帰られたときのホットされた様子が印象的でした。学園では体験することができない事をしていただけた一日でした。(圓藤)



## 編集後記

先月、パリオリンピックが開催されていきましたね。テレビ等で見ると選手の皆さんの姿やコメントを聞いて感動しました。結果はどれであれ最後まであきらめない強い心に胸が熱くなりました。9月とはいえまだ暑い日が続きます。熱中症対策などに十分に留意しながら支援に努めていきたいと思ひます。(竹間)