

出前講座 「俳句・川柳」

今回の出前講座は、いつもと趣向をかえて、俳句川柳の講座となりました。鳴門市川柳鳴峡会の会長をされている橋本 昭典様を講師にお迎えして俳句川柳を基本からご講義いただきました。

芸術の秋です。この秋は俳句や川柳を嗜んでみてはいかがでしょうか。

なぎさ便り

2016 秋号 秋



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

2016年秋号なぎさ便りをお届けします。

今年の夏は猛暑日が続いたり、急に涼しくなったり、水不足になったりと大変な夏でした。夏の疲れが出やすい季節です。皆さん体調はいかがでしょうか？

大型の台風の到来などもありましたが、季節はいつの間にか過ぎしやすい秋になり、なぎさでは日々の生活訓練に加えて、運動会やレクリエ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が一層充実していけるよう心掛けています。

今回は7月からの活動の様子などご報告していますが、この間にも新たに生活訓練を開始された方、今年中に地域生活を始める予定の方がいらっしゃいます。

希望に満ちた新しい生活を望まれる利用者さんの力強い一歩が踏み出せるよう、スタッフ一同心より願っています。



外出レク



7月 カラオケ

希望もあり、マクドナルドでお腹をいっぱいにし、近くのカラオケに行ってきました。皆さん、歌うことが大好きな方ばかりで、職員も驚くくらい上手で、聴き入ってしまいました。歌うだけではなく、ソフトクリーム食べ放題もお店の魅力で、最高4回おかわりをした方もおられました。点数をつけて楽しむ方や、歌えないけど歌いたい曲などに挑戦する方など思い思いに楽しめていました！



8月 はま寿司・ドン・キホーテ

暑い夏のお出かけは、うどん県高松市に行ってきました。うどん目的ではなく、お寿司が狙いです。なぎさのメンバーさんは、回転寿司が本当に大好きなんです。それに徳島県にはまだ出店していない「ドン・キホーテ」でのショッピングもお楽しみの一つです。皆さん、お菓子や雑貨などをたくさん購入していましたよ。中には残りのお小遣いの心配をされていた方も…。今度はお小遣いを貯めてから、また来たいものですね。



9月 阿波おどり会館

予定していた梨狩りが雨の為中止となり、代わりに阿波おどり会館に行ってきました。徳島といえば、やはり「阿波おどり」ですよね。阿波おどりミュージアムでは歴史について展示物を見学した後、専属連「阿波の風」による実演を見ました。阿波おどりの形や踊り方、鳴り物について丁寧に教えて下さり、阿波おどりを堪能することができました。最後は、やはり「おどらなそんな〜♪」ということで、皆も踊りに参加すると思いきや、皆さんシャイな方が多く参加されたのは1名でした。



外食ツアー



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 三八齋田店

7月は、鳴門の人気ラーメン店三八に行きました。三八でも齋田店は、ラーメンの他、お好み焼きも食べることができます。「ラーメンとお好み焼き？」と思う方もおられるかもしれませんが、お好み焼きを焼いている間にラーメンを食べ、食べ終わった頃にお好み焼きが焼けるという、食いしん坊さんにはかなり魅力的なお店です。もちろん、参加した方は大満足のようでした。



8月 ポカラ

メンバーさんから「近くにインド人がしているカレー屋ができてるよ」との情報があり、外食ツアーで早速行ってみました。店内に入った瞬間からスパイスのいい香り。



異国情緒満点でした。もちろん、味も本格的で、さすが本場のシェフの味でした。ナン、ライスがお替わり自由で大食漢のメンバーさんも満足していました。



9月 フードコート


いつもは車で現地まで行くのですが、今回はバスに乗って近くのスーパーのフードコートに行ってきました。バスに初めて乗る方もいて、ドキドキのレクになりました。昼食は思い思いの物を注文し、お腹いっぱいになりました。バス停から施設までは仲よく皆で歩きました(*_*)





医療法人敬愛会 納涼祭



8月9日、利用者のみなさんが楽しみにしている年に一度の開催されました。毎年天候が心配されますが今年も天候に恵まれ、無事当日を迎える事ができました。ただ、鳴門市でも連日の猛暑 

みなさん来ていただけるのか不安もありましたが、いつものように沢山の方が参加してくれました。

理事長による開式の挨拶に続き、恒例の鳴西連とかもめ連の踊り込みにより、勢い良く祭りがスタートしました。

阿波踊りで敷地内は

またたく間にぞめきのリズムで祭り一色になりました。やっぱり、徳島の夏は阿波踊りからですね。



また例年通り、食べ物やゲームなどの模擬店がたくさん開かれ、夏祭りの雰囲気も上々で参加されている皆さんはとても楽しまれました。

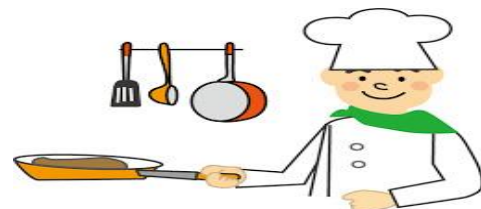
なぎさの職員は今年もかき氷を担当しました。今年は気温が高く大変でしたが、かき氷は大繁盛。沢山の人が食べに来てくれました。熱い夏真っ盛りの時期なので冷たいものは欠かせませんね。

食べたり踊りを見たり、気の合う人と喋ったりと、皆さん夏のひと時を十分満喫されていました。





自炊訓練



7月

第2グループ (冷やし中華&おにぎり)

本格的に熱くなってきました。となると、やっぱり定番は冷やし中華。今回は、おにぎり&スイカ付きです。夏らしいメニューになりました。

簡単で、あっさりしていて美味しいこのメニュー、自分でも是非作ってみてくださいね。



8月

第3グループ (焼きそばとおにぎり)

メニューを決めるのに時間がかかりましたが、いざ調理となると皆さん分担して野菜などの具を適当な大きさに切り手際よくできていました。あとは各自順番に自分の分の具材を取り焼きそばを炒めて味付けをしていきました。あまりフライパンを使ったことのない方もうまく調理できました。他の方が炒めている間に、おにぎりを握って着々と準備出来ていました。アイスも付けて味も量も満足だったようでした。



8月

第1グループ (素麺&おにぎり)

暑〜い日が続くと食欲も料理する気もダウンしてしまいますよね。メンバーさんも『スイカが食べたい・・・』と無茶な願いを。あまり食欲がないせいか、シンプルな「素麺&おにぎり&すいか」に決まってしまいました。でもよ〜く目を凝らしてみると、スタヂが！！すこしは食欲が取り戻せたようです。



9月

第2グループ (マーボー丼)

マーボー豆腐の素を使ったマーボー丼ともやしとワカメの中華スープを作りました。調理の経験があまりない方も、包丁を使ってワカメを切ったり、豆腐を切ったり・・・手を切らないように恐る恐る挑戦していました。4名でしたのですが、皆さん、チームワーク良く、役割分担して協力して作ることができていました。デザートもそれぞれの好きなアイスクリームのリクエスト通りに買い物の担当者が買ってきてくれ、(やさしいですね^^)おいしくいただきました。

