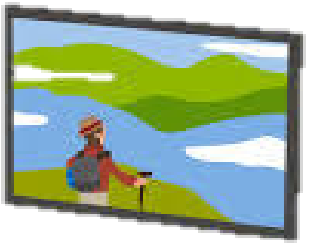
CHIKATU 宅急便　September　第9号

社会福祉法人　Mネット東遠　地域活動支援センターMネットかけがわ
掛川市久保2-18-19　フラワーB101☎・Fax：0537（29）8970

玉ねぎの皮でハンカチを染めてみました。

お盆休み中も活動中　～8月13日の地活でのひととき～

　そこには穏やかでとってもゆったりとした時間が流れていました。お盆期間中で台風が近づいていたこともあってか来所されていた方は4，5名。午後の夕食サロン前にDVD鑑賞会をすることにしました。今回は、メンバーさん推薦の恋愛映画。皆さん自然とテレビの前に集まってきて、来所していた方全員が参加してくれました。コーヒーを飲みながらや横になりながら等皆さん思い思いに映画を楽しんでおられました。が…時間が流れていく中、ふと皆さんを見てみると……映画がBGMとなってスヤスヤ眠っている方々の姿が(*^▽^*)とても気持ちよさそうに夢の世界へ行かれていました。（笑）そんな姿を見ることが出来、地活が「みなさんの居場所」になりつつあるのかなと、とっても嬉しい気持ちになりました。「皆と一緒に楽しく」また、「自分らしくゆったりと」等、様々な時間を安心して過ごせる空間になったらいいなと思います。、皆さんが映画を通して時間を共有し、寛いで過ごされている。皆さん、是非遊びに来てくださいね。（嶋田）



7・8月プログラム活動報告

1）夕食プロジェクト

7月23日（火）	マーボなすと青菜のおひたし	11人	8日（木）	ズッキーニカレーとスパゲッティサラダ	14人
25日（木）	冷たい豆乳鍋となすのみそ炒め	12人	13日（火）	ピーマンの肉詰めとマカロニサラダ	10人
27日（土）	焼き魚といんげんとえのきの煮浸し	6人	14日（水）	肉みそ豆腐ともやし・にらのあえ物	5人
29日（月）	インデアンロールかつトコールスロー	12人	15日（木）	ゴーヤチャンプルーとにんじんしりしり	6人
31日（水）	高野豆腐の卵とじときゅうりの酢の物	11人	17日（土）	しょうがご飯と小松菜・エノキの煮たし	9人
8月2日（金）	豆腐ハンバーグとわかめの酢の物	10人	19日（月）	鮭マッシュポテト焼き・ピーマンの炒め	10人
5日（月）	鮭ざんぎとじゃがいもとツナの炊合せ	7人	20日（火）	豚肉の南部焼きとなすのしょうが焼き	9人
6日（火）	豚肉とビーフン炒めとアセドアンサラダ	11人	22日（木）	たらの煮つけと卵野菜炒め	7人

2）昼食のひろば

8月3日（土）	五目卵焼き・切干大根の煮物	10人
10日（土）	ハム卵レタスのチャーハンキャベツのごま和え	9人

3）さぼりカフエ

7月30日（火）	レアチーズのタルト	16人
8月16日（金）	ばななロールくれーぷ	8人

）カラオケ

8月9日（金）	カラオケ	5人

5）アウトゴーイング

7月26日（金）	シネマクラブ	3人

5）音楽 Café ・ストレッチ ・脳トレ

7月24日（水）	脳トレ	2人
8月 10 日（土）	脳トレ	5人

7）ペーパークラフト・水彩色鉛筆画

8月1日（水）	水彩色鉛筆	5人
7日（水）	三行詩・川柳	6人
12日（月）	習字	4人
21日（水）	ペーパークラフト	5人

食 当 日 記　　7月25日（木）

今日のメニューは冷たい豆乳鍋となすのみそ炒めです。すごく簡単です。
先ずは豆乳と同量のだし汁を混ぜて冷やしておきます。たらは塩焼きします
えのきはバター炒め。豆腐は一口サイズに切り、きゅうりは千切りにして
塩もみしておきます。冷ました具材（きゅうり以外）を、お皿に盛って、
冷やした豆乳をたっぷりかけて、最後にきゅうりを載せて出来上がりです。
なすのみそ炒めはなすを炒めて、味噌とみりん・砂糖で作った、
たれをかけて軽く炒めます。 夏向きの美味しい料理でした。

職員の薩川さんが産休に入ります。 ひとこと、あいさつさせてください

皆さん今までお世話になりました。皆さんと一緒に過ごした時間は私にとってとても有意義な時間になりました。
出産後は子どもとゆっくり過ごしたいと思います。そしてまた落ち着いたら「戻ってきたいな。」と思っています。（薩川）

こんげつのひとこと・ふたこと・みこと

◈今日、病院に先生に、「良くなっているよ。」と言われました。（涼介）♡たこ萬の隣の桃のかき氷を食べました。美味しかった。次はニコエのかき氷だ。（百恵））❀袋井の花火大会に家族で行ってきました。（智子）△いいことは何もなかったです。あっちこっちで謝ってばっかりでした。（礼子）