



CHIKATU 宅急便 June 第18号

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

今年もやります。一かたくり出前サロンー 好発進

今年度も4月25日の「たけのご飯・魚のホイル焼き」で開幕しました。参加者18人
「ジョイントサークルの皆様からのメッセージが届きました。」

毎月1回、出前サロン昼食作りを担当している「ジョイントサークルかたくり」です。最近やっとみんなの顔と名前が少し一致するようになりました。グループのメンバーにひとことづつ、つぶやいてもらいました。



🌸家で食事を作っても家族から感謝されないけれど、サロンではみんなが喜んでくれるからとてもうれしいです。ただ誰が食べてくれたかわからず、知らないうちに帰ってしまうのが、ちょっと寂しいです。

🌸食後のレクリエーションが楽しみです。みんなでワイワイ賑やかにゲームが出来て、頭も使ってリフレッシュ出来ていいです。

🌸限られた予算内でメニューを決めることは大変なことです。そこを工夫してみんなに満足してもらえるように考えることは楽しいです。「美味しかったよ」と言ってもらえることが一番のご褒美です。

(これで何と200円です。)

6月の予定は24日(土)で、てんぷらそばを予定しています。(月1回開催)
皆様の参加を待っていますよ。



《最近こんなことがありました⑧》 (お気に入りの象のペンダント) ←

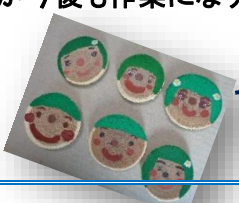
最近、B型事業所でマスク作っています。えれん

春先、体調が悪くてB型事業所を休んでいたんですが、主治医が変わったことから、薬を変えてもらい体調も良くなりました。また通所できるようになった時に、B型事業所ではマスクの生産が、なんと始まっていたのです。

私もマスク作りに参加していますが、自分でやり方を工夫できるので、作業がとても楽しいです。もともと



絵を描いたり、アクセサリーを作ったりすることが大好きで、26歳ぐらいから1人で黙々と制作していました。24歳で正社員になりましたが、「親のように40年も会社で働きたくない。」と思い、とても辛くなりました。そんな時に、とある本を読んで、「大人が本気で遊ぶと、それが仕事になる。」という言葉に出会ったの。そして、自分のやりたいことをやって自分の人生を全うしているいろんな人たちを知ることが出来たんです。病気のこともあってアクセサリー等のアーティストにはなれませんでした。それでも趣味で作ったアクセサリーを売って、売れたときは月に5万円にもなったんですよ。すごいでしょ。1個10,000円の値段をつけた物も売れたのよ。ゾウさんが好きで、よく象をモチーフにした作品を作りました。ものを作ることが好きなんですよ、私は。マスク等の手芸品が今後も作業になりますように。





4・5月プログラム活動報告

1) 夕食プロジェクト

4月24日(金)	レパニラ炒めとサラ玉サラダ	6人	8日(金)	油淋鶏と中華サラダ	9人
28日(火)	鶏の炊き込みご飯・もやし卵サラダ	12人	11日(月)	ニラ豆腐と里いもの味噌煮	9人
29日(水)	つなご飯と小松菜のゆかり和え	10人	12日(火)	ほうれん草の蒸し餃子ときゅうり和え	10人
30日(木)	白身魚のバター醤油とほうれん草和え	10人	14日(木)	白身魚の中華煮とナスとピーマン焼き	9人
5月1日(金)	ひじきご飯とワンタンスープ	10人	19日(火)	ジャンバラヤとマカロニサラダ	10人
4日(月)	ウインチャップライス・春雨スープ	8人	20日(水)	鯖の野菜あんかけと青菜の煮びたし	8人
7日(木)	鶏肉のみそ焼きと薩摩揚げの煮物	9人	22日(金)	豚肉と長いも炒めとアーモンドサラダ	10人

2) 昼食のひろば

4月25日(土)	竹の子ご飯と焼魚—ボラ出前—	18人
5月2日(土)	豚肉のごぼうしぐれ煮とはんぺん煮	11人
6日(土)	キャベツと魚のパスタとポタージュスープ	8人
9日(土)	キーマカレーとじゃがいものチーズ焼き	11人
16日(土)	深川飯とけんちん汁	10人

3) さぼりカフェ

5月5日(火)	マグカップでチョコプリン	8人
6日(水)	黒糖ちんすこう	10人
21日(木)	紅茶のシホンケーキ	15人

4) カラオケ

	休止			休止	
--	----	--	--	----	--

5) アウトゴーイング

6) 操体法・ストレッチ・脳トレ

4月27日(月)	川柳・三行詩	4人
5月4日(月)	地活でDVD	4人
18日(月)	ペーパークラフト	5人

7) ペーパークラフト・水彩色鉛筆画

5月5日(火)	習字の時間です	3人
13日(水)	五月晴れ座談会	6人
15日(金)	よもぎで草木染め	4人



5月5日(火)こどもの日 地活は活動中

連休連続カフェの1日目に「マグカップチョコプリン」を作りました。

材料はたったの4種類!! 板チョコ、牛乳、卵、砂糖で作れちゃいます(〜)

大きめのカップを用意し、材料を混ぜあわせて、レンジでチン!

! 粗熱が取れたら冷蔵庫でしっかり冷やします。のはずでしたが、当日は冷やす時間が足らず、ホットプリン??になってしまうハプニングに(㊦) 笑

「味は美味しかったよ。」との皆さんからのやさしさに救われました。

コロナの影響で、自宅で過ごすことが増えた人も、ちょっとした気分転換、自分へのご褒美に

冷たい「チョコプリン」を、作ってみたいかですか? (夏目)



こんげつのひとこと・ふたこと・みこと

◆ 带状疱疹になってしまいました。なんと処方された薬が6,000円。びっくり(行太郎)♡薬が

2錠減りました。とても嬉しいです。(厳次郎) ☺ 特別給付金の申請を早々8日に行いましたよ。(栄二)

▼ バスの運転手さんと仲良くなりました。笑顔(佐枝子) ♠ コロナ禍の中、お兄さんが帰省したので、私は地活・B型事業所を2週間ほど休んでいました。寂しかったよ。(真奈美) ☺ 夏です。(真知子)

