



CHIKATU 宅急便 June 第54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

今年もやります。 **一かたくり出前サロンー 好発進**

今年度は4月29日に「炊き込みご飯・豚汁」で開幕しました。

参加者11人

今年度最初のサロンは、たけのこをたくさん頂いたので、「たけのこと鶏肉の炊き込みご飯」にしました。とても喜んでもらえました。具たくさん豚汁と新玉ねぎとわかめ・豆腐のポン酢和えも添えてボリューム満点な献立だったと思います。



5月20日にはロコモコ丼と野菜スープでした。参加者9名

とこちらも大好評で、お腹いっぱい食べて皆さん大満足でした。食後にはみんなと一緒にトランプやおしゃべりをして盛り上がっていました。



次回の開催日は6月24日です。メニューは

豚肉と長ねぎのつけうどんの予定です。

梅雨時期で外出するのが大変かもしれませんが多くの皆さんの参加をお待ちしております。





4・5月プログラム活動報告

1)脳トレ・DVD鑑賞・ペン習字・塗り絵・ピアサポートの広場・脳活ゲーム・音楽鑑賞

5月1日(月)	脳トレ	2人	19日(月)	ピアサポートの広場	中止
3日(水)	DVD鑑賞	6人	22日(月)	塗り絵	3人
8日(月)	ペン習字	1人	24日(水)	脳活ゲーム	2人
10日(水)	塗り絵	2人	26日(金)	歌謡曲&音楽鑑賞	6人

2)お菓子作り・スクラッチアート・アクセサリ作り・ジグソーパズル

5月5日(金)	お菓子作り	5人	17日(水)	ジグソーパズル	4人
12日(金)	スクラッチアート	1人	19日(金)	お菓子作り	4人
15日(月)	アクセサリ&パラコードキーホルダー作り	5人	29日(月)	スクラッチアート	2人

3)夕食プロジェクト

5月9日(火)	回鍋肉とコーンサラダ	3人
16日(火)	鶏肉ピーマンマヨ炒めと小松菜のお浸し	6人
23日(火)	麻婆ナスとほうれん草ツナ塩昆布和え	3人

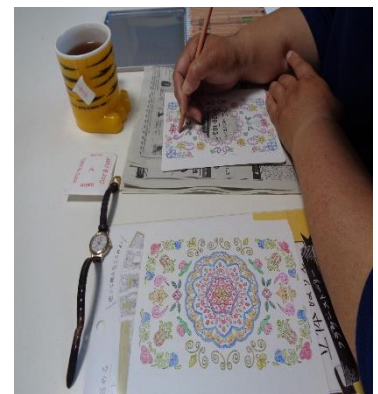
4)昼食のひろば・さぼりカフェ

4月29日(土)	炊き込みご飯と豚汁-ボラ出前-	11人
5月5日(金)	ココアスノーボールクッキー	11人
19日(金)	塩ちんすこう	13人
20日(土)	ロコモコ丼-ボラ出前-	9人



立体塗り絵のご紹介

6月のプログラムから立体塗り絵を始めるので、ちょっとご紹介します。塗り絵シートが4枚あり、それぞれ塗り絵をして、重ね合わせて組み立てるとフレームとして飾ることができます。種類も6種類あり、とても綺麗です。100均のセリアに売っています。



こんげつの一とこと・ふたこと・みこと

ゴールデンウィークもあつという間に終わり、あちらこちらで紫陽花が見頃を迎える季節となりました。季節の変わり目で体調不良になってしまった方もいるかもしれません。梅雨入りになれば毎日雨ばかり降って外出しにくいと思います。そんな時こそ、重い腰を上げて地活に遊びに来てみてはいかがでしょうか。6月の外出プログラムは磐田市香りの美術館に行く予定です。ただいま参加者募集中です。お気軽にご連絡ください。

