



ルリエ新聞 9月号

医療法人清楓会 地域活動支援センタールリエ
 泉佐野市春日町1-25 ☎ 050-1559-0531
 開所日：月曜日～金曜日 開所時間：9：30～17：00



8月の活動記録

☆調理実習 8月8日(火)

調理実習で冷やし中華を作りました。中華麺を茹でて冷水と氷でしっかり冷したあと、具材の準備を手分けしてとりかかりました(^O^)キュウリを切る人、ハムを切る人…と役割分担し、みんなで協力したこともあってあっという間に準備もでき、最後は良く冷やした麺に具材をたっぷり乗せて胡麻ダレをかけて完成！麺も具材も多くてボリューム満点になりました。この日のお昼ご飯にみんなで一緒にいただきました。ひんやりと冷たくて、いろいろな具材と一緒にツルッと食べれる冷やし中華は夏にぴったりの料理でした。まだまだ暑い日が続きますが、しっかりとご飯を食べて乗り切りたいですね(*^*)v



☆カラオケ 8月21日(月)

月に一回のカラオケのプログラムの日に音楽好きのメンバーやカラオケ好きのメンバーが集まってカラオケをしました。この日を楽しみにされていた方もおられ、初めて挑戦する歌を選曲されたり、自分の思い出の曲や好きな曲を歌われていました(^O^)マイクを使って思いっきり歌えるようになり、ストレス発散になったと話されるメンバーもいました。いつも行っていたカラオケ屋が閉店してしまったからルリエのプログラムが唯一のカラオケの時間になってしまったと話される方もおられ、お互いに歌っているのを聴いたりリズムを取ったりと楽しい時間を過ごされていました♪



☆スポーツ活動

スポーツ活動で体育館に行き、バドミントンをしました。体を動かし、良い汗をかいてリフレッシュされていました。野球のプログラムや空いた時間にメンバー同士で誘い合って近くの公園キャッチボールをしている姿もありました(^O^)高校野球を見ていて刺激を受けたと話すメンバーもいたり、年齢関係なく一緒に高校野球を観戦したり、キャッチボールをしたり、野球の話で盛り上がっていました♪

☆おやつ会 8月29日(火)

おやつ会でたこ焼きづくりをしました。中に入れる具材はウィンナーとちくわを用意して玉子をよく溶いて粉や水と混ぜ合わせて生地を作り、順番にたこ焼き機で焼きました(^O^)タコ無したこ焼きでしたが、焼き立て熱々で参加されたメンバーからは「美味しい♪」の声がありました。一人だとなかなか準備するのも億劫になるおやつ作りですが、みんなとなら楽しく作ることができるからと参加して下さるメンバーもいました(*^*)vたこ焼きはごはんになるのかおやつになるのか…と話されるメンバーがおられ、今回参加されなかったメンバーも焼いている様子を見て申し込めばよかったな～と話されていました。



マスクは個人の判断で着用してください。

健康管理のため、ルリエ利用時は、

①入り口前での手洗い、手指消毒

②検温 ③問診 の協力は引き続きお願いします。

9月の予定

日	月	火	水	木	金 1	土 2
					音楽鑑賞 10:30~	休み
3	4	5	6	7	8	9
休み	グループワーク (依存症) 10:30~11:30	調理実習 10:45~	茶話会 10:30~ スポーツ活動 14:00~16:00	モーニング9:30~ レクリエーション活 動(岸和田だんじり 会館) 13:00~	サロンドルリエ 14:00~16:00	休み
10	11	12	13	14	15	16
休み	グループワーク (強迫性障害) 10:30~11:30	ルリエ in 田尻 (田尻ふれあいセンター) 13:30~16:00	ミーティング 10:30~ 将棋教室 13:30~	モーニング9:30~ 麻雀教室 13:30~15:00	南ブロック地活 将棋大会 13:30~16:30	休み
17	18	19	20	21	22	23
休み	休み 敬老の日	ルリエ in 熊取 (熊取ふれあいセンター) 13:30~16:00	手話教室 13:30~	モーニング9:30~ 映画鑑賞 13:00~15:00 野球(キャッチボール) 15:30~	SST (リハビリサポート) 10:30~ おやつ会 13:15~	休み
24	25	26	27	28	29	30
休み	グループワーク (発達障害) 10:30~11:30 カラオケ 13:30~15:00	書道 13:30~15:00	そうじ 13:00~ 囲碁教室 15:00~16:00	モーニング9:30~ プール 13:30~	9月生まれ お誕生会 14:00~	休み



※月曜日～金曜日の毎日、昼食サービスを提供しています。(350円) 味よし! 栄養バランスよし! ポリュームよし! おすすめです(^O^)

昼食サービスを申し込んだ方は14:00までに来所して下さい。14:00を過ぎると廃棄します。

※毎週木曜日9:30~10:00朝食サービス(モーニング)を提供しています。(100円)

どちらも申し込みは前日16:00まで☆(前日が日曜、祝日の場合はそれ以前の開所日までです。)

☆スポーツ活動 9月6日(水) 14:00~16:00

☆野球(キャッチボール) 9月21日(木) 15:30~

参加者は30分前にルリエに集合して下さい。

動きやすい服装、運動靴で参加して下さい。

詳細はスタッフまで☆

☆プール 9月28日(木) 13:30ルリエ集合

場所: 健康増進センター

利用料: 620円、(障がい者手帳持参で無料)

水着、水泳帽、タオル、着替えは各自用意して下さい。

☆ルリエ in 田尻 9月12日(火) 13:30~16:00

場所: 田尻ふれあいセンター

☆ルリエ in 熊取 9月19日(火) 13:30~16:00

場所: 熊取ふれあいセンター

ルリエスタッフが出張します。気軽にお立ち寄りください。

☆調理実習 9月5日(火) 10:45~

無水カレーを作ります。参加費は350円で参加申込みは9月4日(月)までです。

☆おやつ会 9月22日(金) 13:15~

ベビーカステラ作ります。参加費は100円で参加申込みは9月21日(木)までです。

☆レクリエーション活動(岸和田だんじり会館) 9月7日(木) 13:00ルリエ集合出発

岸和田のだんじり会館に行きます。南海電車を利用して行きます。

交通費: 往復520円

参加申込みは9月6日(水)までです。

☆南ブロック地活将棋大会 9月15日(金) 13:30~16:30

ルリエ登録者で参加希望の方はスタッフまで申し出て下さい。

☆9月生まれお誕生会 9月29日(金) 14:00~

9月生まれ以外の方も100円で参加できます! コッケーとコーヒーでお誕生日のお祝いをみんなてしませんか。参加申込みは9月27日(水)までです。

☆グループワーク

9月4日(月) 10:30~11:30 <依存症>

9月11日(月) 10:30~11:30 <強迫性障害>

9月25日(月) 10:30~11:30 <発達障害>

各グループ、悩みや困りごと、成功体験などを集まって話をする時間を作ります。詳細はスタッフまで。

☆映画鑑賞 9月21日(木) 13:00~15:00頃まで

『千と千尋の神隠し』を予定しています。