

歩°歩° TIMES 12月号

紅葉レク…近江神宮、石山寺

秋といえば「食欲」や「読書」「スポーツ」など色々楽しめるものがありますが、**デイケアの秋は「紅葉レク」**です。朝晩の気温差が美しい紅葉を作りだすそうです。滋賀県の紅葉は11月上旬から始まり、12月上旬まで楽しめるところが多く、紅葉で有名なスポットや寺社もたくさんありどこに行くか迷ってしまうほど。今シーズンの見ごろを探して出発しました。

今回の紅葉レクは「ミステリーツアー」でした。当日になっても行き先が不明。とりあえず、大津方面へ出発。ツアーは、まず近江神宮へ。ちょうど七五三シーズンできれいな着物を着た子ども達がヨチヨチ歩く姿は、とてもかわいかったです。そして、皇子山球場近くの芝生で昼食。天気にも恵まれとても美味しくいただきました。最後に三井寺へ。太陽に照らされた紅葉がとてもきれいでした。次回の紅葉レクも楽しみにしています。

(M・T)



野球部×デイケア交流会



11月7日の土曜日の昼下がり、ついに**当院軟式野球部との合同練習が実現**しました。デイケアメンバーの野球好きが会し、「いざ！野球部と勝負！！」と意気込みましたが、**その野球部のレベルの高さに驚くばかり**。後半は、試合形式での練習を組んでいただき、楽しく汗を流しました。来春にも、また実現させたい企画です。(青野)

野球部の方々と交流試合をセミナリオ内の球場にて行わせていただきました。部員の皆様レベルの高い守備に驚かされた次第です。試合の結果はメンバーの尽力により、勝つことが出来ました。機会があればまたよろしくお願い致します。(TAKEBOO)

多彩…クラブ活動

この歩°歩° TIMES でも何度か紹介している陶芸作品や手芸作品は、それぞれのクラブで活動してるメンバーの作品です。**陶芸クラブ**や**手芸クラブ**の他にも、読書や本が好きなメンバーが集まる**読書クラブ**や、花や野菜を栽培する**園芸クラブ**など多彩な活動をしています。



園芸・陶芸・手芸・麻雀・読書のクラブ活動があり、皆それぞれに自軍自身の希望でやっています。活動中は、仲間同士でコミュニケーションを図りながら、作品や作業のことなどを話し合ったりしています。また、集中力や継続力を養う訓練も兼ねてやっています。(夏男)

☆11月の調理実習☆

連載!

私の自慢☆



今月紹介するのは、お菓子作りのプログラムから。1面でも紹介した**園芸クラブで収穫したかぼちゃを使って**、ハロウィンにもってこいの「かぼちゃケーキ」を作りました。電子レンジを使ってかぼちゃを柔らかくなるまで加熱し、細かくしてホットケーキミックスベースの生地に加えて混ぜます。だいたい混ぜたら、焼くのは炊飯器にお任せ。お米を炊く炊飯モードでスイッチオン。生地量によって加熱時間は変わりますが、作り方も道具も簡単です。

お菓子作りは人生初めてである。

みんなで「あーだ」「こーだ」と言いながら、大丈夫か?と思える場面も。しかし、なんとか出来あがり、みんなで美食。案外いけるじゃん。

(メンバー)

京都の国立博物館へ行きました。琳派四百年誕生記念祭の展示を見に行きました。入場するのに2時間待ちでした。俵屋宗達の「風神雷神図」は圧巻でした。

良い一日でした。またどこかの美術館に行きたいです。

(0)

年末年始といえば、帰省。私の帰省準備は、帰る日の1ヶ月前の高速バスの予約から始まります。一番大変なのがアパートの大掃除です。約2日かけて部屋中の掃除をします。そして帰省する日を考えて冷蔵庫の食材を消費しつつ、お土産を手配して、準備完了です。今年も計画的に準備したいと思います。(スタッフK)

☆編集後記☆

お正月の準備は済みましたか?体調管理に気をつけて、新しい年を迎えましょう!

12月のプログラム

月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
	心理B/調理A ビーチボールテニス	創作活動 ボウリング	お休み	生活セミナー 体育館スポーツ	メイクアップ会議 音楽
7	8	9	10	11	12
お休み	心理A/調理B ホースリング	クラブ活動 ミニゲーム	ストレッチ/筋トレ ウォーキング	おしゃべりタイム 卓球	メイクアップ会議 カラオケ
14	15	16	17	18	19
お休み	心理B/調理A ゲートボール	表遊 創作活動	麻雀大会 /ちみじおドライブ	生活セミナー DVD鑑賞	園芸部 ボウリング
21	22	23	24	25	26
お菓子作り 茶話会	心理B/調理A ゲートボール	秋分の日	ボランティア活動 クリスマス会	クラブ活動 ストラクチャーアウト	DCセミナー 卓球
28	29	30	31		
大掃除 忘年会	お休み	お休み	お休み		

☆見学・体験のお問い合わせは...☆

公益財団法人 青樹会 滋賀八幡病院
〒523-8503 滋賀県近江八幡市藤原町744

精神科デイ/ショートケア 家々 (ホホ)

TEL 0748-33-9169

FAX 0748-31-0109

