

〒314-0121 神栖市溝口1746-1 保健・福祉会館内  
 神栖市障害者デイサービスセンター のぞみ  
 生活介護事業所（茨城県知事指定 No.0812900363）  
 基準該当放課後等デイサービス  
 （神栖市指定 No.0832900245）  
 <指定管理者> 社会福祉法人 神栖市社会福祉協議会  
 Tel.0299-93-1063  
 Fax.0299-92-8750 平成28年9月25日発行  
 携帯 090-6922-4323 No.6

## 位置について ヨーイドン!



次に待つ障害物は何でしょう?



仲良し ゴール!

9月23、24日に運動会を開催しました。  
 元気いっぱい選手宣誓を皮切りに、ラジオ体操・  
 障害物競走・パンクい競争をおこないました。仲間  
 と競い合う真剣な顔や優しさあふれる仲よしゴール  
 の様子がみられました。  
 恒例の食堂スタッフの気合の入った豪華弁当には、  
 利用者さんの笑顔がこぼれていました。



お魚を釣ってくださいね



オツ! 大好評 デラックス弁当♪

## 10月 神無月のよてい

月	火	水	木	金	土
◇行事に参加希望がある時は、職員にお伝え下さい。 ◇予定は変更することがあります。					10/1 制作活動
3	4 制作活動 ひまわり会 散髪ボラ	5	6 避難訓練	7	8 制作活動
10	11 制作活動	12	13	14 おやつクッキング	15
17	18	19 ハロウィンウィーク	20	21 ハロウィン ハロウィンメニュー	22
24 制作活動	25 外出 ライフガーデン神栖	26	27 制作活動	28	29 誕生日会
31 収穫祭					

### 第3回 芸術祭 に向けて制作活動強化中

11月に”のぞみ芸術祭”を開催します。今年は  
 どんな作品が展示されるのでしょうか、楽しみです。  
 ご家族の皆さまの作品も募集します。どんなジャ  
 ングルでもかまいませんので、ご協力をお願いします。



## 神栖市障害者デイサービスセンターのぞみ ご紹介 ~外出の様子~

みんなで一緒に出かける外出（お花見やお買い物）は楽しいレクリエーションの一つです。ボランティアさん  
 やお店にご協力いただきながらおこなっています。下記写真は上半期の外出の様子です。下半期も外出計画していま  
 すので、楽しい時間が過せたらと思っています。



4月 見学（神之池お花見）



5月 買い物（道の駅 いたこ）



6月 見学（1000人画廊）



7月 買い物（ドン・キホーテ）

- 【生活介護】 自立した日常生活や社会生活を営むことが出来るよう、常時支援を必要とする障害のある方に、入浴や排泄、食事の支援や生活等に関する相談・助言、創作活動等の機会を提供し効果的におこなえるよう活動しています。（利用料金:世帯の収入・障害支援区分によって異なります。）
- 【基準該当放課後等デイサービス】 障害のある子どもたちの学校休業日、長期休暇において療育の場（日常生活動作の指導、集団生活への適応訓練等）を提供しています。（利用料金:保護者の収入によって異なります。）

随時見学を受付けています。（デイサービスのぞみ0299-93-1063 担当：萬代）

### 季節の一輪



利用者さんより記事がよせられました。

『今回ご紹介するのはコキアで、和名は  
 篝草（ほうきそう）・篝木（ほうきぎ）  
 などとも言われます。』

アジア原産で特徴は茎部分の色の变化。  
 春から初夏は黄緑で秋に向かうと徐々に  
 赤紫色になり形はマルっぽく ぽこぽこ  
 とした感じで、とてもキュートな植物です。

また実は（とんぶり）と言い食べられ  
 秋田県の郷土料理の食材としても使用さ  
 れています。



スマイリーフラワー（\*^。^\*）』

### のぞみ食堂より

今味覚の秋・食欲の秋がやってきました。  
 冬を元気に過ごすための栄養を蓄えるこの時期、  
 たくさんのおいしい食べ物が旬を迎えます。

今回は、旬の秋ナスを使った料理をご紹介します。

#### <蒸しナスのごまみそあえ>

材料 4人分  
 ナス小4本  
 ごま { すりごま 大さじ3  
 みそ 大さじ1  
 み 砂糖 大さじ1  
 そ しょうゆ 小さじ2



#### 作り方

- ①ナスは皮をむいて水にさらし、ラップにくるんで電子レンジ500Wに3分くらいかける  
冷めたら縦に6つくらいに切る。
- ②ごまみその材料をあわせ、水気をきったナスをあえる

「秋ナスは嫁に食べさせるな」ということわざがあるとおりに、身体を冷やす作用もあるので、食べ過ぎには注意しましょう。