# なごみ通信

第 145号

令和6年4月吉日

特定医療法人荘和会 障害者自立支援センター「和」 発 〒015-0011 秋田県由利本荘市石脇字田中 108 TEL 0184-24-0753 / FAX 0184-22-7890 行 E-mail:syouwakai-nagomi@hb.tp1.jp URL:http://www.showa-kai.or.jp/



## お花見 「勢至公園・にかほっと」

にかほ市の勢至公園・にかほっとそして土田牧場に出掛け、春を存分に味わってきました。

勢至公園の桜はまだ咲き始めの状態でしたが、蕾の中に咲いている桜の花を 見つけるたびに、皆さんの表情もほころんでいました。

にかほっとでは、食事・買い物・海辺の散策をし、土田牧場では動物とのふれあいもできました。

久しぶりの外出プログラムで気分転換をし、観光地や公共施設でのマナーも 考える機会ともなり春を満喫できたお花見プログラムとなりました。













↑なごみの桜

# お菓子工房

### 「機もち」

今回は、春の定番和菓子「桜もち」を作りました。

白玉粉と小麦粉等の材料を混ぜ、ホットプレートで焼きます。お好みで桜色にし、桜の塩漬けを添えると桜の風味と華やかな見た目の生地が出来上がります。

その生地でたっぷりのこしあんと苺を包み、ボリューム満点 の桜もちの完成です。

皆さん満足げな表情で味わっていました。











ました。

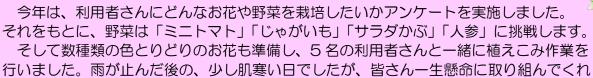












園芸活動は、土に触れ植物の成長を見守る中で、癒しの効果と体を動かして健やかな健康状態へと導く効果が期待されています。

すくすくと成長することを願い大切に育て、収穫の時期を楽しみしたいと思います。













# なごみ通信

第 145号

令和6年4月吉日

特定医療法人荘和会 障害者自立支援センター「和」 発 〒015-0011 秋田県由利本荘市石脇字田中 108 TEL 0184-24-0753 / FAX 0184-22-7890 行 E-mail:syouwakai-nagomi@hb.tp1.jp URL:http://www.showa-kai.or.jp/



## お花見 「勢至公園・にかほっと」

にかほ市の勢至公園・にかほっとそして土田牧場に出掛け、春を存分に味 わってきました。

勢至公園の桜はまだ咲き始めの状態でしたが、蕾の中に咲いている桜の花を 見つけるたびに、皆さんの表情もほころんでいました。

にかほっとでは、食事・買い物・海辺の散策をし、土田牧場では動物とのふれあいもできました。

久しぶりの外出プログラムで気分転換をし、観光地や公共施設でのマナーも 考える機会ともなり春を満喫できたお花見プログラムとなりました。













↑なごみの桜

# お菓子工房

### 「機もち」

今回は、春の定番和菓子「桜もち」を作りました。

白玉粉と小麦粉等の材料を混ぜ、ホットプレートで焼きます。お好みで桜色にし、桜の塩漬けを添えると桜の風味と華やかな見た目の生地が出来上がります。

その生地でたっぷりのこしあんと苺を包み、ボリューム満点 の桜もちの完成です。

皆さん満足げな表情で味わっていました。









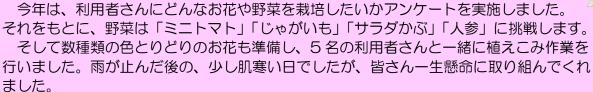












園芸活動は、土に触れ植物の成長を見守る中で、癒しの効果と体を動かして健やかな健康状態へと導く効果が期待されています。

すくすくと成長することを願い大切に育て、収穫の時期を楽しみしたいと思います。

















# 2024年5月 予定表



日	月	火	水	木	金	土
			1 am 体を動かそう/ <mark>卓球</mark> pm 書 道/ペン習字		3 憲法記念日	4 みどりの日
5 こどもの日	振替休日		8 am 体を動かそう/卓球 11:30~12:30 ★手作りランチ/お好み焼き 活動費 350 円、定員 5 名	<b>am 生産的活動</b> フリータイム	10 am 和のアトリエ pmでまりたいむ ★オセロ大会/柏餅付き 活動費 150 円、定員 10 名	11
12	13 am <b>リフレッシュの日</b> 麻雀・将棋・トランプなど	am 生産的活動	卓球	am 生産的活動	17 am <b>和のアトリエ</b> アイロンヒーズ・スクラッチアートなど	18
	20 am リフレッシュの日 麻雀・将棋・トランプなど	am 生産的活動		am 生産的活動	24 am 和のアトリエ 11:30~12:30 ★手作リランチ/お好み焼き 活動費 350 円、定員 5 名	25
	27 am リフレッシュの日 麻雀・将棋・トランプなど	am 生産的活動		30 am 生産的活動/フリータイム 11:30~12:30 ★お取り寄せランチ 吉野家(実費)		

#### タイムテーブル

9:00 ~ 開所

9:40 ~ ラジオ体操

朝のミーティング

10:00 ~ 11:30 午前プログラム

11:30 ~ 13:30 お昼休憩

13:30 ~ 13:40 ストレッチ

13:40 ~ 14:40 午後プログラム

14:50 ~ 帰りのミーティング

★9:00~15:00 まで自由に出入りできます

## 5月のイチオシプログラム

#### てまりたいむ 「オセロ大会」

5月10日(金) 13:30~14:30 活動費 150円 定員10名

今年もオセロ大会を開催します(^O^)/ 柏餅の参加賞もありますので、皆様の参加をお待ち しております。

★マークは地域の方、当事者の方などどなたでも参加できますが、事前にご連絡ください。

※各教室、行事等の予定は変更する場合があります。

問い合わせ先

障害者自立支援センター「和」 Tel 0184-24-0753





# 2024年5月 予定表



日	月	火	水	木	金	土
			1 am 体を動かそう/ <mark>卓球</mark> pm 書 道/ペン習字		3 憲法記念日	4 みどりの日
5 こどもの日	振替休日		8 am 体を動かそう/卓球 11:30~12:30 ★手作りランチ/お好み焼き 活動費 350 円、定員 5 名	<b>am 生産的活動</b> フリータイム	10 am 和のアトリエ pmでまりたいむ ★オセロ大会/柏餅付き 活動費 150 円、定員 10 名	11
12	13 am <b>リフレッシュの日</b> 麻雀・将棋・トランプなど	am 生産的活動	卓球	am 生産的活動	17 am <b>和のアトリエ</b> アイロンヒーズ・スクラッチアートなど	18
	20 am リフレッシュの日 麻雀・将棋・トランプなど	am 生産的活動		am 生産的活動	24 am 和のアトリエ 11:30~12:30 ★手作リランチ/お好み焼き 活動費 350 円、定員 5 名	25
	27 am リフレッシュの日 麻雀・将棋・トランプなど	am 生産的活動		30 am 生産的活動/フリータイム 11:30~12:30 ★お取り寄せランチ 吉野家(実費)		

#### タイムテーブル

9:00 ~ 開所

9:40 ~ ラジオ体操

朝のミーティング

10:00 ~ 11:30 午前プログラム

11:30 ~ 13:30 お昼休憩

13:30 ~ 13:40 ストレッチ

13:40 ~ 14:40 午後プログラム

14:50 ~ 帰りのミーティング

★9:00~15:00 まで自由に出入りできます

## 5月のイチオシプログラム

#### てまりたいむ 「オセロ大会」

5月10日(金) 13:30~14:30 活動費 150円 定員10名

今年もオセロ大会を開催します(^O^)/ 柏餅の参加賞もありますので、皆様の参加をお待ち しております。

★マークは地域の方、当事者の方などどなたでも参加できますが、事前にご連絡ください。

※各教室、行事等の予定は変更する場合があります。

問い合わせ先

障害者自立支援センター「和」 Tel 0184-24-0753