

## ふれあい学習塾「加茂水族館」

今回のふれあい学習塾は「加茂水族館」へ涼を求めて行って来ました。

到着後すぐにアシカのショーが始まり観覧席へ。人気のアシカショーは見学者が多くおり、別々の席になってしまいましたが、近くで観る方、上のほうから観る方、それぞれの角度から楽しんでいただけました。その後は、水族館内のレストランで食事をしました。名物のクラゲラーメンにはクラゲがまるまると入っていてコリコリとした触感を楽しんでいるようでした。食後は水族館を自由に見学し、漂うクラゲを眺めたり、楽しそうにお土産を選ぶ姿がありました。

帰りに山居倉庫へ、風情ある倉庫を眺めながら途中休憩をとり、こちらでもケヤキ並木で涼を味わえました。

当日はかなりの暑さがあったので皆様存分に肌で感じていただけたのではないかと思います。



## 調理教室「スープカレー」

今回の調理教室は「スープカレー」でした。スープカレーとはごろごろとした具材をカレーソースとは別調理してスープと合わせることで素材の風味そのままのおいしさを味わえます。じゃがいも、人参、玉ねぎ、ナス、ピーマン、キャベツなど野菜をたっぷり使ったスープカレーとなりました。

2 班に分かれ調理開始。甘みとうまみを出すために玉ねぎはみじん切りにしました。玉ねぎが目には沁みましたが頑張って切ってくれました。みじん切りした玉ねぎを鍋で炒めたら、じゃがいも、人参、鶏肉をホールトマトとコンソメで煮込んでいきます。

茄子、ピーマン、キャベツは大振りに切りフライパンで焼いていきます。同時に煮込んでいた鍋にもカレールゥを入れるとカレーのスパイシーな香りと野菜のこんがり焼き上がる匂いで皆様の期待も高まっていきました。

盛り付けは大きな具材と共に深めの器にスープカレーを盛り付け、ご飯は別皿で！！

初めて召し上がる方もいらっしゃいました。ホールトマトの酸味と焼いた旬野菜の香りとうまみを存分に味わうことができました。

夏にぴったりのスパイシーなカレーに皆様大満足していただきました。



7/22 予定していましたが「地域交流会 なごみ夏祭り 2017」は悪天候により中止となりました。出演者の方々、地域の方々大変ご迷惑をおかけしました。

# 障害者自立支援センター「和」

## 2017年8月 予定表

日	月	火	水	木	金	土
		1 am 体を動かそう (国道沿い散策)	2 am 室内ゲーム	3 pm ドライブ (三望苑)	4 am 体を動かそう (河川敷・堤防) ソフトバレーボールクラブ [コミュニティ体育館] ★13:15~16:30	5
6	7 am 体を動かそう (マリーナ)	8 <b>てまりたいむ</b> 『すごろく』 ★10:00~11:00 活動費：¥500	9 pm 体を動かそう (卓球)	10 <b>お菓子工房</b> 『水まんじゅう』 ★10:00~11:30 活動費：¥300	11 山の日	12
13	14 お休み	15 am 室内ゲーム	16 pm ドライブ (緑地公園)	17 am 体を動かそう (なわとび)	18 ソフトバレーボールクラブ [コミュニティ体育館] ★13:15~16:30	19
20	21 pm ドライブ (にかほっと)	22	23 pm 体を動かそう (国道沿い散策)	24 本荘地区区福祉展 見学 13:30~15:00	25 ソフトバレーボールクラブ [コミュニティ体育館] ★13:15~16:30	26
27	28 リフレッシュの日 (麻雀、将棋、他) 9:30~11:30	29 <b>ランチタイム</b> 『じげん』 11:10~14:00 実費	30	31 am 体を動かそう (敷地内散策)		

### プログラムのない日は...

- 活動メニューから選ぶ  
(個人や仲間と自由に)
- ・卓球 ・読書 ・将棋 ・麻雀 ・オセロ
- ・トランプ ・ウノ ・折り紙 など

- ゆっくり過ごす
- 買い物に行く

など、自由にお過ごしください。

★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。

※プログラム参加希望の方は、申込用紙へのご記入をお願いいたします。申込用紙は当施設内に設置しております。

問い合わせ先

障害者自立支援センター「和」

Tel 24-0753 まで

### 8月のイチオシプログラム

8/8 (火) 『てまりたいむ』

新作の手作り「すごろく」を準備してお待ちしております。

