

なごみ通信

第 161 号 令和 7 年 8 月 吉日

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



手作りランチ『サラダうどん』



今年の夏も猛暑となっておりますが、夏バテで食欲不振など皆さん体調など崩してはいませんか？今回の手作りランチでは、おいしく栄養を摂り入れたメニュー「サラダうどん」を作りました。



サッパリしているだけでなく、お肉でボリュームもありスルスルと食べられる栄養メニューなので、皆さんもお好きな材料で是非お家で試してみてください。

茹でた豚肉・食べやすく切った野菜をうどんの上に盛り付け、すりゴマたっぷりのめんつゆをかけて完成しました。



Nagomi カフェ「かき氷」

今回の Nagomi カフェでは、皆さんからのご要望もあり「かき氷🍧」をやりました。

少しでもかき氷屋さんの雰囲気味わって頂きたい、入口に「かき氷やってます！」ののれんを飾ったり、カウンターにメニュー表を作りました。一番人気は「抹茶ミルクあずき」のかき氷でした❖これからまだまだ暑い日が続きますが、Nagomi カフェでは皆さんに夏を楽しんで頂けるよう、いろいろなメニューを準備してお待ちしていますので、第 4 金曜日に遊びに来てください。



なごみ庭園「きゅうり・トマト・ピーマン」

「和」では、春頃からプランターに「きゅうり・トマト・ピーマン」の苗を植えて、この猛暑にも負けず毎日立派なキュウリ・トマトが採れています。採れた野菜は、手作りランチの際に使用したり、お昼に利用者の方へ召し上がって頂き、採れたての野菜を皆さんで堪能しています。まだまだ暑さが厳しい日が続きますが、野菜をたくさん摂って暑さを乗り越えられる体作りを目指していきましょう！！





障害者自立支援センター「和」



2025年9月 予定表

日	月	火	水	木	金	土
	1 am リフレッシュの日 麻雀・将棋・トランプなど 「なごみ祭り」受付開始 9/1~9/30	2 am 生産的活動	3 am 体を動かそう/卓球 他 13:20~14:30 ★てまりたいむ かき氷 活動費150円、定員5名	4 am 生産的活動	5 am 和のアトリエ 11:15~12:30 ★手作りランチ タコライス 活動費350円、定員5名	6
7	8 am リフレッシュの日 麻雀・将棋・トランプなど	9 am 生産的活動 13:20~14:30 ★お菓子工房 桃のパフェ 活動費250円、定員5名	10 am 体を動かそう 卓球 他	11 am 生産的活動	12 am 和のアトリエ 13:15~15:00 本荘地区福祉展 見学(表彰式) 実費、定員5名	13
14	15 敬老の日	16 am 生産的活動	17 am 体を動かそう/卓球 他 11:15~12:30 ★手作りランチ タコライス 活動費350円、定員5名	18 am 生産的活動	19 am 和のアトリエ 9:45~15:00 心いきぎ芸術・文化祭 見学(表彰式) 実費、定員5名	20
21	22 am リフレッシュの日 麻雀・将棋・トランプなど 13:20~14:30 ★てまりたいむ かき氷 活動費150円、定員5名	23 秋分の日	24 am 体を動かそう 卓球 他	25 am 生産的活動 13:20~14:30 ★お菓子工房 桃のパフェ 活動費250円、定員5名	26 am 和のアトリエ 13:20~16:00 ✿NagomiCafe✿ なごみカフェ 無料(プチ手作りスイーツ) (コーヒー、紅茶、緑茶)	27
28	29 am リフレッシュの日 麻雀・将棋・トランプなど	30 am 生産的活動				

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 ~ 13:20 お昼休憩
- 13:20 ~ 13:30 ストレッチ
- 13:30 ~ 14:30 午後プログラム
- 14:30 ~ 14:40 活動室掃除
- 14:50 ~ 帰りのミーティング

これからのイチオシプログラム

「2025 なごみ祭り～みんなで楽しく！～」

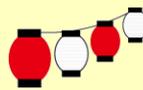
10月10日(金) 12:00~15:00

参加費(当日) 500円

参加申し込み期日 9月30日(火)

参加申し込み開始 9月1日(月)～

※参加希望される方はセンター職員までお知らせください。



★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。

問い合わせ先

障害者自立支援センター「和」 TEL 0184-24-0753