

なごみ通信

第 171 号 令和 8 年 6 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/



ドライブ(ランチ会)「TDK ミュージアム」

今年の4月にリニューアルオープンした「TDK ミュージアム」に出かけてきました。TDK 設立の歴史について展示されている歴史ゾーンには、今では懐かしいカセットテープ・ビデオテープなどが壁一面に展示されており、参加された方々と「わあッ、懐かしい！これ使ってた！！」など昔話を花を咲かせて盛り上がりました。みらいゾーンでは、体験型のエリアが多くあり生成 AI を活用したフェライトツリーが巨大パネルに映し出されてとてもキレイでした！！レストランでは、海も見える席でいつもとはちょっと違うおいしいランチを堪能してきました。



お菓子工房「わらびもち」

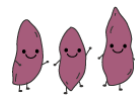
日差しが眩しく、ジリジリとした暑さを感じる季節になってきましたね。そんなときは、涼しさを感じるスイーツが食べたくありませんか？今回はレンジで簡単！「わらびもち」を作りました。レンジでわらびもち？と思われる方もいると思いますが！今回のポイントは、自宅によくある「片栗粉」を使用しました。作り方は簡単でレンジで材料を温めたら素早くかき混ぜて最後に氷水で冷やすと、あらッ、不思議！！表面がツルンとなって透明になるんですよ！食べやすい大きさに切って「きなこ&黒みつ」をかけると、のど越しも良く甘さ控えめで簡単でおいしい「わらびもち」ができました。程よく溶けたバニラアイスとも相性バッチリ🍧の初夏のスイーツでした！



園芸



今年は、小さなプランターに「栗かぐや」という品種のさつまいもを植えました。あまり聞きなれない品種ですが、栗のような濃厚な甘みとホクホク食感を両立したサツマイモの新品種だそうです。焼き芋やスイーツに適しているようなので、収穫と試食を楽しみにみなさんと大切に育てていきたいと思います！！



手作りランチ「魚のホイル焼き定食」

今回は、サーモンを使用して「魚のホイル焼き」を作りました。キャベツ・もやし・新玉ねぎの野菜の水分を利用しフライパンで蒸すことで、魚のパサパサ感もなくしっとり火が通っていました。バター風味と野菜の甘みもあり、とてもおいしくできました。魚を使用した料理は、なんとなく難しそうでハードルが高いと思われるがちですが、簡単な調理方法であれば時短にもなり栄養バランスに優れているので、多くのみなさんに是非ご自宅でもチャレンジしていただきたいと思います。冷蔵庫に余っている野菜を使い魚が準備できなくても、鶏肉や豚肉を代用しても充分おいしくできますので是非作ってみてください！



感謝 「奇贈 ～千羽鶴～」

この度、由利本荘市在住「鈴木和夫様」より、手作りの「千羽鶴」を御寄贈して頂きました。

貴重な作品を御寄贈頂き誠にありがとうございました。今後も大切に飾らせて頂きます。





障害者自立支援センター「和」



2026 年 7 月 予定表

日	月	火	水	木	金	土
			1 am 体を動かそう	2 am 生産的活動	3 am 和のアトリエ ✿小物作り✿ (ポーチ・コインケース他)	4
5	6 am リフレッシュの日 ゲーム他	7 am 生産的活動 13:20~14:20 てまりの会 七夕の集い 活動費 100 円、定員 10 名	8 am 体を動かそう 11:10~12:00 ★手作りランチ 冷やし中華 活動費 350 円、定員 5 名	9 am 生産的活動	10 am 和のアトリエ 9:50~15:00 ふれあい学習塾 酒田市「SAKATANTO」 活動費 300 円、定員 10 名	11
12	13 am リフレッシュの日 ミニ工作	14 am 生産的活動 pm 園芸 多肉植物寄せ植え 活動費 250 円、定員 5 名	15 am 体を動かそう	16 am 生産的活動 13:20~14:20 ★お菓子工房 プリンアラモード 活動費 250 円、定員 5 名	17 am 和のアトリエ 13:20~15:00 交通安全教室 自転車走行について 「和」活動室	18
19	20 海の日	21 am 生産的活動 13:20~14:20 ★お菓子工房 プリンアラモード 活動費 250 円、定員 5 名	22 am 体を動かそう	23 am 生産的活動 11:10~12:00 ★手作りランチ 冷やし中華 活動費 350 円、定員 5 名	24 am 和のアトリエ pm NagomiCafe ☘ なごみカフェ 無料「かき氷」 (コーヒー、レモネード他)	25
26	27 am リフレッシュの日 ミニ工作	28 am 生産的活動	29 am 体を動かそう 13:00~14:50 ★ショッピング 由利本荘市街 参加費無料、定員 5 名	30 am 生産的活動	31 am 和のアトリエ	

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

7月のイチオシプログラム



ふれあい学習塾 「酒田市 サカタント」

7月10日(金) 9:50 ~ 15:00

酒田漁港にある「SAKATANTO」で、



お手頃でおいしい海の幸を堪能しに一緒に出かけませんか？

飲食代実費/ 活動費 300 円/定員 10 名

※感染症等の状況により内容が変更となる場合がございますので、ご了承ください。

★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