



紙ふうせん

だより

2016年7月 文月
月刊 第58号

矢崎総業㈱地域密着事業企画部
2016年7月10日発行



エイエイオー!!



梅干し体操を披露しました



メ〜ロ〜ン〜



選手宣誓



頑張るぞ〜!! おおお〜!



大運動会



6月8日 紙ふうせんの施設があるY-CITY内の体育館を
借り切って、紙ふうせん大運動会が行われました。
赤(いちご)組、青(メロン)組、黄(バナナ)組に分かれて
チーム対抗戦です。

この日のために、密かに練習を積み重ね本番に臨みました。
矢崎保育園の子供たちによる体操が行われ、
玉入れから始まり、応援合戦などで気分も最高潮に
盛り上がっていききました。
優勝は青組となりました。
皆様と楽しい時間が過ごせました。



狙いを定めて



がんばれ〜



急いで急いで〜



全部入れるぞー



ラインダンスのように綺麗に足が上がっています



優勝は青組でした



お気軽にご相談ください
ヤザキケアセンター 紙ふうせん
TEL 055-965-0633



矢崎にお勤めの方に関係なく
ご利用になれます。
見学も随時受け付けております。



グループホーム

梅干しと 梅シロップづくり

梅には、疲労回復・食中毒の予防・食欲増進に効果があり、「こめかみに梅干しを貼ると頭痛が治る」という言い伝えは、聞いたことがありますか？医学的にも、梅干しの成分には痛みの鎮静や軽減する効果があるそうです。こめかみに貼らなくても香りを嗅ぐだけでも効果は得られるそうです。

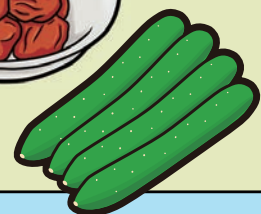


ひとつひとつ丁寧に
ヘタを取ったり、
竹串で梅に穴を
開けたりしました。



グループホーム ＊ 空室情報 ＊ 只今 **2** 部屋空いています

訪問介護



じめじめとした日が続いておりますが、お元気にお過ごしでしょうか？
先日、利用者様から「夏の野菜がなかなか減らない。
何か良い料理はない？」とのご質問を受けました。
野菜の消費は確かに頭を悩ませる問題ですね。
そこで今回は、夏バテ防止にもなる簡単レシピを提案させて頂きました。

おくら梅きゅうりのそうめん

作り方

- きゅうりは細い千切りにする。オクラは塩茹でにして冷水にさらし、細かくみじん切りにする。梅干しは種を取りみじん切りにする。にんにくは、すりおろす。
- そうめんを茹で、冷水にさらした後で水切りをしておく。
- 切ったオクラ、梅干し、すりおろしたにんにくを混ぜ合わせる。たくさん混ぜるとネバネバ度が上がります。
- お皿にそうめんをのせ、その上に千切にしたきゅうり、(3)のオクラ、刻み海苔を盛り付け、めんつゆをかけたら出来上がりです。簡単で美味しい夏野菜のそうめん。是非一度お試しください。

そうめん

材料 (2人分)

そうめん(冷むぎ)	2束
きゅうり	1本
オクラ	8～10本
梅干し(大)	2個
(梅干しがない場合はチューブの梅干し小さじ2でも可)	
おろしにんにく	1片
(にんにくがない場合はチューブのにんにく小さじ1でも可)	
めんつゆ(そばつゆ)	200cc
刻み海苔	好みの量

簡単脳トレ Let's Challenge

1. □に漢字を入れて、二字熟語を完成させてみましょう！

黄 引 基
↓ ↓ ↓
□
↓ ↓ ↓
貨 運 山

白 木 活
↓ ↓ ↓
□
↓ ↓ ↓
屋 眼 群

2. 部首はなんでしょう???

田

合

吉

責

工

己

回答は同ページ下

ー7月の行事・ボランティアさんの予定ー



7月6日 音楽ボランティア「オカリナおじさん」(デイフロアー)

7月8日 体操ボランティア「ジョットYYYクラブ」(デイフロアー)

7月13日 体操ボランティア「ジョットYYYクラブ」(デイフロアー)

7月14日 フラダンスボランティア「ケイ・カイマル・フラ・サークル」(デイフロアー)

7月20日 体操ボランティア「ジョットYYYクラブ」(デイフロアー)

7月21日 ボランティア「笑いヨガ」(デイフロアー)

7月23日 音楽ボランティアリリーず(デイフロアー)

7月26日 音楽ボランティア「三味線」(デイフロアー)

7月28日 唄ボランティア「すばる」(デイフロアー)

7月29日 体操ボランティア「ジョットYYYクラブ」(デイフロアー)

「(7月21日)※」を「毎」「週」「月」「年」に換

※予定している内容が都合により変更になる場合がございます。ご了承ください。
※本新聞に掲載している個人写真につきましては許可の下掲載しております。