

畑の学校 子どもたちとダイコン収穫



1月16日(土)と17日(日)の二日間、千里ファームで「畑の学校」を開催しました。近隣の子どもやお母さんら約20名が参加。また通所の仲間もサポーターとして駆けつけました。まず最初に畑にどんな作物があるのかを見学。冬のこの時期であっても約10種類の作物が植わっています。その後、作物がよく育つように水と肥料をやりました。そして最後に大根の収穫。大きそうなものを選んで引き抜き、そしてみんなで大きさをくらべあいました。

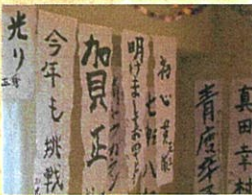


サテライト・トピックス

〔通所開き〕今年元日にサテライトを開きました。お節料理を食べ、山田の伊射奈岐神社に初詣。新年の祈願をしました。今年もよろしくお願いします！



〔創作活動〕1月は書初め、節分の鬼の面づくりをしました。作品はサテライトに展示してあります。何かつくってみたい方、やってみたい方はスタッフまで。



〔通学路花壇の世話〕昨年よりはじめた北山田小学校の通学路にある花壇の世話。水やりやゴミ拾いなどを行っています。そしてそのときに着る黄色いベストは地域の子どもの安全を守るための意味合いがあります。

2月の予定



1月の「表現のワークショップ」より

2月12日(金) 調理実習(バレンタイン)

居宅訓練と合同の調理実習。楽しみながら簡単にできる料理を身につけます。バレンタイン企画もあるかも！参加費300円。要申込み。

2月18日(木) “地域を知ろう”

大阪万博があった1970年、そのときみなさんはどこでなにをしていましたか？今回は昨年11月に万博跡に昨年オープンした“エキスポシティ”を訪ね、水族館を見学する予定です。参加費300円。要申込み。

2月22日(月) 表現のワークショップ

前回は、太鼓や踊りのほか声もだしました。二手に分かれて声のかけあいにも挑戦。毎回いろんなことに挑みます！講師は即興楽団うじゃのナカガワエリほか。千里寮コミュニティホールにて。13時集合。

2月24日(水) 健康相談会

健康について不安に思っていることを千里寮のナースに相談。開始時間は14時になります。

定例の食事会・誕生会

2月の食事会は、5日と26日を予定しています。また誕生会も予定しています。おたのしみに。

さて新聞

立春大吉号

2016年1月29日発行

●編集・発行：千里サテライトサポートステーション (社会福祉法人 みなと寮/ 救護施設 千里寮)

●住所：〒565-0825 吹田市山田北 15-5 ロイヤルツカワキ 406

●電話：06-7897-8575 (兼千里寮福祉相談窓口) 070-1296-1263 (携帯)



○今月の作物 九条ネギ

日本のネギの一種。もともとは難波に自生していたのが、京都に伝わり、京野菜のひとつに数えられるようになりました。ビタミンB1の吸収を促進するほか、血行をよくし、また疲労回復にも効果があります。昔から風邪をひいたときの特効薬としても利用されてきました。千里ファームで栽培中。

今月のお知らせ



- ・2月4日は立春。暦のうえでは春ですが、インフルエンザの流行りやすい季節でもあります。予防には手洗いとうがいが有効。サテライトの洗面所には、うがい薬がありますので、ぜひご利用ください！
- ・みなさん、栄養のバランスのとれた食事をとっていますか？野菜はどうしても不足がちになります。野菜をとってバランスよい食生活を！