

# グループホームたかせ

## ニュースレター

Vol. 04

平成29年9月15日

特定非営利活動法人憩いの家



### 地域の皆様への感謝

今年の夏に限らず、常日頃らご近所の皆様をはじめ、利用者のご家族様、スタッフのご家族様、そして当NPO法人をいつも応援してくださるたくさんの方から、いろいろな形でご支援いただきありがとうございます。

とりわけ、いつもお野菜をたくさんいただき、みんなで美味しくいただいております。

今年はキュウリが豊作だったのか、キュウリのつくだ煮をたくさん作りました。

毎回違う味になってしまうのですが(笑)これは冷凍できるので、少しずつ解凍して時間をかけて、いただきたいと思えます。ミニトマトも冷凍して、フレッシュジュースにしたりして、風呂上がりの一杯が美味しかったようです。当グループホームでは禁酒です。利用者の皆さんはどうしても清涼飲料水に走ってしまいがちですが、100%ジュースは格別だったようです。その他にも、カボチャやなす、ゴーヤやねぎ、ピーマン、メロン等々、書ききれないくらいいただきました。この場を借りてお礼申し上げます。ご馳走様でした。

グループホームたかせでの食事は、お陰様で、旬の食材を利用していることがほとんどです。利用者の皆さんは、あまり偏食せず何でも「美味しい」と言って、食べてくれます。作る側からしたら、ありがたい限りです。これからもバランスのとれた食事でも利用者さんの健康を支えていきたいと思えます。



### 三ノ倉高原 ひまわり畑 PART II

昨年に引き続き、三ノ倉高原のひまわり畑に行ってきました。

今年は開花が遅く、仕事帰りの利用者さんを待って、8月31日(木)の午後から出発しました。

平日ということもあり、難なく山頂まで車は到達しましたが、それでも絶え間なく車は登ってきていました。直前の週末は随分渋滞していたらしいです。

男性陣4名は、足腰丈夫なので、ぐるりと散策してきました。

女性陣3名は、残念ながらへろへろで、花より団子でした。来年また来るためには、体力向上とまではいなくても、なんとか体力維持することが課題となりました。

退院して間もない方もいたり、てんかん発作をもっている方もいるので、仕方ないのですが、まずは、運動しないと一気に足腰が弱くなってしまいますから、十分自覚して、元気な毎日を送れるように気を付けましょうね！

### Photo Album



### トマトのへた取り作業

今年もトマトのへた取り頑張ってます!!!  
夕食後に、せっせと行っていることが多いですが、さすがに5箱も続けざまに来たときは、夜9時過ぎまで頑張りました。みんな手慣れた手つきで、取り組みます。  
この作業を行うとその人の性格や社会性が垣間見えることもしばしばです。  
昨年よりも責任をもって取り組むことができました。