

グリーンフィールド通信



♪6月のお知らせ♪

No. 251 2022.6

☆お手軽クッキングについて

6月のお手軽クッキングは“春雨”を使ったレシピを紹介します。春雨料理はダイエットレシピで見かける事も多いですが、本当にダイエットに効果があるのでしょうか？そんな話をしながら料理をします。お馴染みの、麻婆春雨と春雨サラダですが、一工夫でいつもとはちょっと違う味で食べられます。グリーン園で育った野菜を使いますので、是非見に来て試食してください。(M.K)

☆新しい畳ゲーム始めます

ハリガリという新しいカードゲームをメンバーさんと作りました。4種類の果物を1～5つずつ書いたカードを作成。ゲームは1枚ずつカードをめくり、場に出ている同じ果物の合計数が5つになったらベルを鳴らすという足し算と反応の速さが勝負です。最終的に一番多くカードを持っていた人の勝ちです。6月30日(木)のAMプログラムとして行います。(K.S)

☆弁当会行います

6月のバスイベントが実施できそうにないため、今回は6月21日(火)に弁当会をしたいと思います。最近唐揚げ弁当、チキン南蛮弁当、牛丼、と来ています。次は何か？(K.S)

☆オリエンテーリング

6月16日(木)にオリエンテーリングを行います。雨の心配はありますが、スタッフが頑張っ



☆ビューティービューティーについて

6月24日(金)の午後にエクササイズ版を開催します。美しさは生まれ持ったものではありません。自分で育てるものです！夏に向けて、今から適切にエクササイズして一緒に美しくなりましょう。汗をかきますので、飲み物は用意しておりますが、着替えは各自で準備して下さいね。(M.K)

☆今度こそ！！ピ・・・ピザ・・・??

先月はコロナの関係でお知らせしていたピザ作りが実施出来ず、申し訳ありませんでした。今月こそは！！とスタッフ一同メラメラしています。ですが、コロナ感染状況と天候を見ながら実施の為、〇日とお知らせすることが困難な状況です。そのため、「どこかの土曜日、フリーの時間」と予定しました。とにかく毎週土曜日にお越しください。美味しいピザを一緒に食べましょう(M.K)

☆卓球大会・心理教育のお知らせ

7月に卓球大会を開催することが決まりました。上位入賞者には景品も用意します。参加賞もささやかながら用意しますので、今から練習に励みましょう(笑)

心理教育も7月頃を目途に再開予定となっています。内容も少し変化する様です。続きのお知らせをお待ちください。(K.S)

ディケアグリーンフィールド

ディケア直通電話

(0848) 64-7700

(8:30~17:00)

三原市中之町6丁目31-1

病院 Tel (0848) 63-8877

<http://www.miharahp.com>



グリーンフィールドからの声

2022年6月号 No.249

<賀羅加波ウォーキング>

賀羅加波神社に皆と行きました。昼ご飯のお弁当がものすごく美味しかったです。室長と一部のメンバーさんと雑談しながら歩きました。賀羅加波神社について写真を撮りました。歩くのに慣れていないので少し疲れたけど散歩ができて楽しかったです。 (by Ryo)



<ウォーキングについて>

5月に入って、ウォーキングに参加している。その日によって参加人数も、気候も異なる。その中で感じたことは、人数が多い日の方が、話もはずみ速度も速い気がする。できるだけ、続けてウォーキングに参加していきたい。 (Y.S)



<グリーン園、いろいろな苗を植えました>

今年は、夏野菜を中心に12種類の苗を植え付けました。

- ① ジャガ芋 ② 里芋 ③ サツマ芋 ④ ショウガ ⑤ トマト ⑥ スイカ ⑦ ナス
- ⑧ キュウリ ⑨ 枝豆 ⑩ オクラ ⑪ レタス ⑫ 玉ネギ …です。



その他、ブドウ、ニラ、フキ、ブルーベリー等も育てています。

これから草取り、水やり、肥料やりと、世が大変ですが、収穫を楽しみに汗を流しています。

収穫には、メンバーさん、たくさん来て下さいネ！ (珍太郎)



<春フェスの感想>

昼の上がステージに早変わり。ボリュームを下げて、全七曲の演奏を聞きました。皆の感想です。

- ・一生懸命なのが伝わってきた。
- ・素晴らしかった。すごく良かった。
- ・静かな音でも各々の楽器の弦の音がよく聞こえた。

演奏者の感想は・・・。

- ・場所が違って新鮮だった。緊張した。
- ・楽しかった。気持ち良かった。
- ・聞いてもらい嬉しかった。

グリーンスマイルの皆さん、お疲れ様でした。 (メンバー一同)

☆今月号の編集者☆
 ☆K.N ☆N.S ☆N.I
 ☆Y.K ☆Y.S ☆E.S
 ☆R.N ☆T.I ☆Y.Y

<モルックについて>

同好会・フリー・スポーツなどでしています。

(モルックは、12本のピンを離れた所から倒していく、倒したピンで点数になる。)

モルックをやってみて、少し難しいんだなあと思いました。とても、楽しかった!! (S.H)



2022年6月 グリーンフィールド予定表

日	月	火	水	木	金	土
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> 毎日10:00~10:15は、 ラジオ体操を行っています。 </div>			1 グリーン園	2 フリー	3 お手軽クッキング ＜マーボー春雨＞	4 グリーン園
			SST 健康作り	スポーツ	創作活動 ＜牛乳パック細工＞	手洗い企画
5 休	6 パソコン	7 健康作り	8 グリーン園	9 フリー	10 お手軽クッキング ＜春雨サラダ＞	11 グリーン園
	生活勉強会 ＜テーマ決め＞	同好会	SST 健康作り	スポーツ	創作活動 ＜牛乳パック細工＞	フリー
12 休	13 パソコン	14 健康作り	15 グリーン園	16 オリエンテーリング	17 グループミーティング	18 グリーン園
	スカイグループ ＜好きな県＞	同好会	SST 健康作り	スポーツ	創作活動 ＜牛乳パック細工＞	フリー
19 休	20 パソコン	21 健康作り お弁当会	22 グリーン園	23 フリー	24 ビューティビューティ ＜エクササイズ＞	25 グリーン園
	生活勉強会	同好会	SST 健康作り	スポーツ	創作活動	フリー
26 休	27 パソコン	28 健康作り	29 グリーン園	30 HALLI GALLI ＜ハリガリ＞	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> どこかの(土)フリーでピザ実施 </div> <div style="border: 2px solid magenta; padding: 5px; width: fit-content; margin-top: 5px;"> 月曜日リズムミックダンスを行います。 </div>	
	スカイグループ ＜好きな映画＞	同好会	SST 健康作り	スポーツ		