

グリーンフィールド通信



♪ 12 月のお知らせ ♪



No. 269_{2023.12}

☆クリスマス会について

今年も例年通りクリスマス会を開催します。12月23日（土）に早めのイヴと一緒に過ごしませんか？個人の出し物で昨年も出演して下さった方やカラオケ歌唱などに加え、グリーンスマイルの演奏もあります。もちろんプレゼントタイムやおやつタイムもあります。今年も素敵なクリスマスカードをパソコンプログラムの方々が準備していますので、是非参加してみてください。（T.O）



☆大掃除週間について

今年も大掃除のシーズンがやってまいりました。一度に済ませるには大変な大掃除ですが、デイケアでは12月11日～16日の1週間で、毎日10分程度の掃除で大掃除にしようと思います。決してしんどくありません！掃除をした後は気持ちもスッキリキレイになっているはずです。（T.O）



☆ゆく年くる年

今年も12月29日（金）に1年の締めくくりとしてゆく年くる年を行います。今年の日玉はスライドショーです！！さらにイモ煮会も計画しています。イモ煮をみんなで食べながら、1年を振り返り、笑顔で締めくくりませんか？（M.K）

☆しめ縄つくります

今年も恒例のデイケア玄関用のしめ縄作りを12/22（金）に行う予定です。みんなで力を合わせて作り上げます。協力して作りあがるだけで福を招くことができそうです。文字通り1年の締めとして参加してみませんか？お待ちしております。（S.F）



☆お手軽クッキング

12月のお手軽メニューはクリスマスにちなんだものを作りたいと思います！
12月1日（金）は「ガトーショコラ」12月15日（金）は「ローストチキン」です！
クリスマスメニューをお手軽かつ簡単にと考えています。お楽しみにしてください！（S.U）



☆年末年始の予定について

12月30日～1月3日はデイケアお休みとなります。
1月4日新年会で元気にお会いできることを楽しみにしております。（S.F）

デイケアグリーンフィールド
デイケア直通電話
(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

2023 年 12 月号 No.267

<ハイキング・尾道千光寺公園>

11 月 25 日（水）に行った。土堂小学校の所を登って行く。キツイ階段だ。息を弾ませながら登る。昔の尾道城だった所に上がって景色を眺めた後、千光寺公園まで登って弁当を食べた。歩いた後の弁当は一段と美味しい。自由時間を過ごした後は、下山する。小路を下る。下るほうが足が疲れる。今回のコースは、キツイ急こう配だけどショートコースだった。

歩いたら汗が出た。持参した麦茶が美味しかった。 (T.I)



<同好会 クッキー作り>

11/14 同好会アクティブで、クッキー作りに挑戦しました。クッキーパウダーとバターをこね生地を作ります。皆さんとても慎重な様子でした。クッキーの形は思い思いに作り、ホットプレートで焼きました。焼く時には、皆さんうれしそうで、クッキーの甘い香りを楽しんでいるようでした。

見かけ以上に、おいしいクッキーができたという感想が聞かれ、楽しいクッキー作りとなりました。 (み)

<栄養講座>

11 月 16 日（木曜日）栄養講座があり、主任がお話しました。旬の野菜のレシピの紹介があれば良かった。体が温まる料理レシピも知りたかった。プリントが参考になった。 (メンバー、一同)



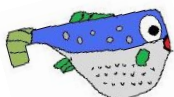
<焼き芋会が開催されました>

去る 11/15（水）第一回目の焼き芋会がグリーン園でありました。グリーン園で採れたサツマ芋をピザ釜を使って弱火でゆっくり（二時間以上かけて）焼きました。全部の芋がしっとりと焼き上がり、熱くて、甘くて、おいしかったです。来年もまた、焼き芋会に参加しようと、こころひそかに決心しました。第二回目は 11/18（土）の予定です。ごちそう様でした。 (珍太郎)



<倉敷バスイベント>

去る 11 月 10 日（金）にバスイベントで倉敷に行って来ました。柳と街並みと白鳥はベストマッチしていて風情が有り感動しました。時間があれば大原美術館と川舟下りもしてみたかったな。いがらしゆみこ記念館ではキャンデイ・キャンデイの展示がなくて少し残念でしたけど、久しぶりの外出で気晴らしにもなり記念写真も撮れて良かったです。ありがとうございました。 (僕のひとり言)



編集者 ☆Y.K ☆Y.Y ☆Y.Y ☆T.I



2023年12月 グリーンフィールド予定表

日	月	火	水	木	金	土
月曜日リズムミックダンスを行います。 毎日10：00～10：15は、ラジオ体操を行っています。					1 お手軽クッキング ＜ガトーショコラ＞	2 グリーン園
					創作活動 ＜勾玉作り・藁すき＞	スポーツ
3 休	4 お手軽調理実習 パソコン スカイグループ ＜寒さ対策＞	5 健康作り ＜エアロビ＞ 同好会	6 グリーン園 SST 健康作り	7 ダイエットクラブ ＜FAT BURN＞ 室内ゲーム	8 グループミーティング ＜おしらせ＞ 創作活動 ＜勾玉作り・藁すき＞	9 グリーン園 スポーツ
	10 休	11 パソコン ＜クリスマスカード＞ 生活勉強会 ＜テーマ決め＞	12 健康作り ＜ヨガ＞ 同好会	13 グリーン園 SST 健康作り	14 フリー YouTube企画	15 お手軽クッキング ＜ローストチキン＞ 創作活動 ＜勾玉作り・藁すき＞
17 休	18 お手軽調理実習 パソコン スカイグループ ＜おすすめ温泉地＞	19 健康作り ＜ピラティス＞ 同好会	20 グリーン園 SST 健康作り	21 ダイエットクラブ ＜FAT BURN＞ カラオケ	22 グループミーティング ＜通信記事決め＞ 創作活動 ＜しめ縄作り＞	23 クリスマス会準備 クリスマス会
	24 休	25 パソコン ＜通信＞ 生活勉強会	26 健康作り ＜エアロビ＞ 同好会	27 グリーン園 SST 健康作り	28 フリー 映画鑑賞	29 ゆく年くる年 ＜芋煮会＞