

# グリーンフィールド通信



## ♪9月のお知らせ♪

No. 278 2024.9

### ❁ 秋の運動月間

9月はスポーツの秋ということで、毎年恒例の運動月間を開催します！期間は9月18日・25日、10月2日・9日の午後に開催します。種目は卓球、オリエンテーリング、ピククル、グランドゴルフとしています（天候によって種目は変更になる場合もあります）。各種目でポイント制となっています。毎週参加するだけでも参加ポイントゲットとなり、最終週で結果発表と表彰式を行います。豪華賞品もあります。自分のペースで参加してみてください。（T.O）

### ❁ 創作活動（和紙タペストリー）

革細工が順調に終わり8/23より次の活動、和紙作りが開始されました。紙すきは10年ぶりな気がします。牛乳パックの表面をはいだ紙を砕き直して原料とします。再度水に溶いたものをすいて紙にします。すいた紙はハガキ、タペストリー、半紙として活用し作品とします。残暑厳しい折、水に手を浸し、紙をすくのは涼しくて楽しいものです。



9月いっぱい活動しますので、興味がある方は是非金曜日午後にご参加下さい。（S.F）

### ❁ 新スポーツ “ピククル”

デイケアに新しいスポーツがやって来ました。その名も“ピククル”です！エスキーテニスに少し似ていますが、ラケットは少し大きく、ボールも色がついたプラスチック製で打ちやすくラリーも続きやすいです！9月から始まる運動月間にも取り入れたので、是非練習しに来てください！（T.O）

### ❁ かき氷

先日かき氷をみんなで食べ、一瞬涼しくなりましたが、まだまだ残暑が厳しい今日この頃です。

と言うことでかき氷 part2 を開催します！今回はトッピングにアイスクリームも加えてみました！前回よりもわくわくしませんか？この夏締めくくりの“かき氷”心躍った方は是非ともデイケアに足を運んでください！お待ちしております！

※開催日は9月13日（金）です。

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>





# かまきり

## からの声

2024年9月号 No.276

### <栄養講座>

メンバーへのインタビュー！

- ペットボトルの飲料水には、砂糖がたくさん入っていると知った！500mlのペットボトルに47g（スティック9本分）入っている。
- 栄養にまつわる、3択クイズも行った。



### <水やり>

玄関、ハーブ園、グリーン園の3カ所を汗をかきながら、水をまいています。秋が楽しみです。

暑いので、皆さん体に気をつけて、この夏を皆で一緒に乗り切りましょう！（ボクのひとり言）



### <グリーン園について>

グリーン園でスイカと冬瓜がたくさんとれました。作業をした後に冷たいスイカを食べて復活しました！（T.K）

### <将棋について>

99%の努力と、まじめで、一生懸命さで、なり上がるのが将棋です。

その人の努力と、頑張り、一番に「強くなりたい」「No1 になりたい」と思いながらさすが、将棋です。

一番うれしいのが、仲良くなったり、コミュニケーションがとれたり、時間つぶしには持って来いの遊びです。少しでも、興味がわいた人がいるなら、デイケアにダッシュして、一度参加してみても、どうでしょう？（Y.H）

### <盆祭りについて>

今年は8月13日火曜日に盆祭りがありました。

午前中は昭和、平成の曲のイントロクイズがありました。お昼ご飯にカレーを食べて、午後から盆踊りと魚釣りゲームをしました。綿菓子とスイカも食べました！！

魚釣りゲームは当たり、なにもし、はずれがあり、はずれを釣るとー1点で競いました。

つり竿の3本とも針が異なり釣れぐあいも異なりました。それぞれのゲームでポイントが加算されて、ポイントの高い人から上位5人が賞品をもらいました！

帰りにゴミをもらい楽しい一日でした！！（うっしー）



編集者 ☆K.T ☆M.N ☆K.T ☆S.N ☆K.T ☆N.K



# 2024年9月 グリーンフィールド予定表

日	月	火	水	木	金	土
1 休	2 パソコン ＜カレンダー作り＞	3 ヨガ	4 グリーン園	5 フリー	6 グループミーティング ＜通信決め＞	7 グリーン園
	生活勉強会 ＜アパートを借りるには＞	同好会	SST 健康作り	書道	創作活動 ＜和紙タペストリー＞	スポーツ ソフトボール練習
8 休	9 パソコン ＜通信作り＞	10 ピラティス	11 グリーン園	12 お手軽クッキング	13 お手軽調理実習 ＜豚の生姜焼き＞	14 グリーン園
	スカイグループ ＜おすすめ病院売店メニュー＞	同好会	SST 健康作り	YouTube企画	創作活動 かき氷	スポーツ ソフトボール練習
15 休	16 休 敬老の日	17 エアロビ	18 グリーン園	19 コラージュ	20 グループミーティング	21 グリーン園
		同好会	スポーツ月間	ピククルボール	創作活動 ＜和紙タペストリー＞	スポーツ ソフトボール練習
22 休	23 休 秋分の日 振替	24 ヨガ	25 グリーン園	26 お手軽クッキング	27 お手軽調理実習 ＜鶏手羽もと料理＞	28 グリーン園
		同好会	スポーツ月間	室内ゲーム	創作活動 ＜和紙タペストリー＞	スポーツ ソフトボール練習
29 休	30 パソコン ＜通信作り＞ 生活勉強会 ＜テーマ決め＞	<div data-bbox="801 1273 1339 1380" data-label="Text"> <p>毎日10:00~10:15は、ラジオ体操を行っています。</p> </div> <div data-bbox="1413 1353 1966 1449" data-label="Text"> <p>月曜日リズムミックダンスを行います。</p> </div>				