

デイケアだより

2011年 春号



平成23年4月28日発行
＜発行元＞
もりおか心のクリニック
〒020-0866
盛岡市本宮6-1-48
TEL 019-613-6677
FAX 019-635-7739
<http://www.moricoco.com>

北上展勝地でお花見を楽しみました。

4月25日(月)、デイケアメンバー16名とスタッフ6名でマイクロバスに乗り、北上展勝地にお花見に行ってきました。桜は二分咲き程度でしたが、沢山の屋台も出ていて賑わっていました。昼食後は屋台で北上コロッケ(ジャガイモの代わりに里芋を使っています)を買ったり、東京から来たサル回しの芸を見て楽しみました。

午後は、北上市立博物館・みちのく民族村に行きました。到着直前、大雨と雷が鳴りましたが、民族村を見て回る頃には晴天になりました。竪穴式住居や茅葺屋根の家を見て、歴史を感じる一日となりました。このような一日かけての外出は、春はお花見、初夏は森林浴、秋は紅葉狩りなどに行っています。普段とは環境も変わって、気分もリフレッシュします☆



桜



サル回し



民族村

簡単クッキング♪

毎週水曜日の午前中は、簡単クッキングのプログラムを行っています。デイケアスタッフが交代でメニューを担当し、デイケアメンバーさんみんなと一緒に作ります。作った後はみんなで試食をします。料理をした事がない方でも、切り方や味付けなどを一緒にやっていく内に、どんどん上達していきます。この日のメニューはカレーライスでした。

材料を切っています



出来あがったカレーライス



もりここ花壇

もりここ外来前の花壇には、夏になるとミニトマトやキュウリがなります。毎年5月頃、デイケアで苗を植えて、夏には収穫出来るようになります。採れた野菜は、塩もみしたり生で食べたりして楽しみます。ぜひご覧になって下さい。



デイケア弁当のご紹介

デイケアでは、隣の福祉施設から、昼食の弁当を届けてもらっています。唐揚げやサバのみそ煮など、栄養も満点で美味しいですよ。



この日のメニューは鮭の塩焼き☆