



青い宙から

平成29年9月号（第35号）

デイサービス青い宙便り
平成29年9月1日発行
発行者 (株)ベイス デイサービス青い宙
発行責任者 石田 京子
<http://www.aoisora-ds.jp>



台風の時節ですね。実は・・・1年で一番雨が降るのは9月なんです！

なんと、梅雨時期を差し置いてもっとも雨が降るのは9月だそうです。
実際に雨の量を調べてみたところ…

1位…9月 2位…10月 3位…8月 4位…6月

じめじめしたイメージの梅雨ですが、意外に降ってない！？

秋の長雨ともいいますので、台風と重なると被害も心配ですね。

段々と涼しい季節となります。体調にはくれぐれもお気をつけ下さい。



青宙レストラン



麺つゆで食べる冷やしそうめんや、からだ温まるにゅうめんも美味しいですが、たまには違った「そうめん」を！そこで今回は、沖縄の郷土料理である「そうめんチャンプルー」をご紹介します。麺がくっつかないコツは、固めに茹でてしっかりと水気を切ることと、炒めすぎないことだそうです♪



材料（4人分）

- ・ そうめん 6束
- ・ お好きな肉類 150g
- ・ 人参 1/2本
- ・ ニラ 1/2束
- ・ 玉ねぎ 1/2個
- ・ ごま油 大さじ1
- ・ 鶏がらスープの素 大さじ1
- ・ 醤油 小さじ2
- ・ 塩 少々

作り方

- ①そうめんを少し固めに茹でて、冷水でさっと洗い、水気をきっておく。
- ②肉またはハム等を2cm程、ニラは3cm程の長さに切り、人参は3cmの千切り、玉ねぎは細切りにする。
- ③フライパンにごま油を熱し、肉を色が変わるまで炒めた後、人参・玉ねぎを炒める。
- ④③が炒まったら、そうめんをほぐし入れ炒める。
- ⑤④にニラを加え、鶏がらスープの素としょうゆ、塩で味を調える。



8月の活動

グラウンドゴルフ

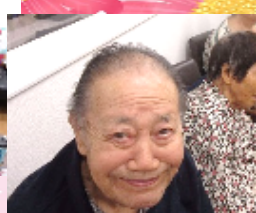


朝のひと時



夏の甲子園観戦

♪ カラオケ ♪



お手玉投げゲーム



計算プリント



☆おやつタイム☆



【思い叶え隊】出動!!

日々の生活の活性化と目標に合わせた屋外活動の取り組み

お一人お一人のご希望をお伺いすると共に、ケアプランに沿った機能訓練の一助とさせていただきます。

F・R様の思い「髪飾りを見に行きたい!!」



今回は、F・R様の「髪飾りを見に行きたい」という思いを叶える為、近くの100円均一へ行ってきました♡髪型やお洋服などのおしゃれや、お化粧が好きなF様。今度ご主人様と一緒に買い物へ行く時の参考にと☆

色々見て回りながら、お化粧品もしっかりとチェックされていました。いつまでもキレイで居たいという気持ち、大事ななと私たちも痛感しました。「良かった！また、見に行きたいなあ」とおっしゃって下さいました。

9月作ろう会



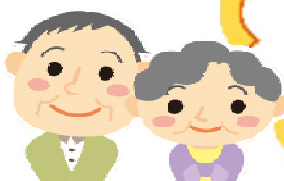
たたみのふちで作る
ブローチ♡

デイサービス青い宙 ～空き状況

月	火	水	木	金	土	日
満員 御礼	△	残り 1名	△	満員 御礼	○	定休日

○…空き余裕あり △…ご相談下さい

定員	20名
サービス提供時間	9:00～16:30 / 9:30～15:45
休業日	日曜・年末年始(12月30日～1月3日)



青い宙ってどんな所？
私に合うかしら？
職員はどんな人たち？

1日体験利用大歓迎♪
お食事&コーヒー付 500円