

こもれび

平成19年11月号

11月のおしらせ

11月1日(木)～11月3日(土) 午前中

里山散策

山の木々が赤く色付く季節になってきました。
そんな景色を目で楽しみながら、秋の里山を散策したいと思います。

11月5日(月)～10日(土) 午前中

園芸週間

今年最後の植え付けをモリモリ畑で行いたいと思います。
玉葱やワケギなど種類は少ないですが、おいしく育つように心を込めて植え付けをしましょう！



11月12日(月)～17日(土) 午前中

里山ウォーク

日中、過ごしやすい日が続くようになりました。
日向に出て里山のウォーキングをして、体力向上を目指して気持ち良く歩きましょう。

11月19日(月)～11月24日(土)

もみじ狩り

気温もグッと低くなり、紅葉も綺麗に見られるようになりましたので、綺麗に色付く山を見て季節を感じましょう。

11月26日(月)～11月30日(金) 午前中

健康体操週間

毎回好評の健康体操です。椅子に座ったままの体操や廊下での歩行練習など色々で行いたいと思います。

家で出来る簡単な体操も取り入れて楽しくしましょう。

クッキングデー

7日(水) 12日(月) 17日(土)

23日(金) 29日(木) 午前中

涼しい気候となって来ましたので、体の温まる料理を皆で作しましょう！



映画鑑賞会

<介護保険適用外>

11月27日(火)

希望者の方のみです。

お一人様 3000円
(入場券・昼食・交通費含む)

施設に申し込んでください

デイサービス赤目の森の様子

毎度お馴染みのクッキングの様子

餃子編

大好評のクッキングの様子。
ニラやネギを皆さんで細かくきざんで頂きました。
具材を包むのも中々上手くヒダが出来ずに四苦八苦されていましたが、最後には美味しいのが出来上がり、とても満足そうにされていました。



↑真剣に取り組んでいらっしゃいます

お好み焼き編

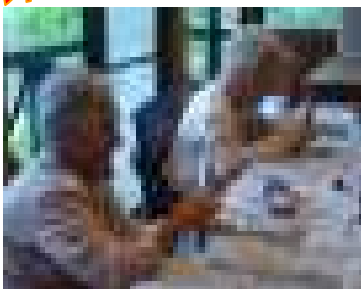


今回のお好み焼きは

何と水気をよく切った木綿豆腐を生地に混ぜ込んでみました。普段食べている物よりふっくらと仕上がりが、大変好評でした。色々な食材が入っているので栄養も満点でしたね。一度ご自宅で試してみてもは？



栗の皮むき編!?

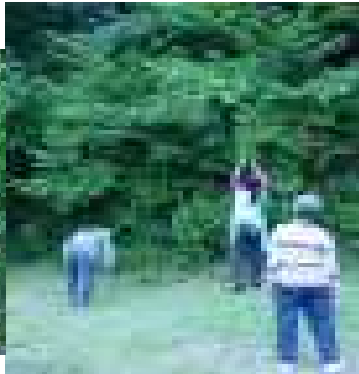


秋といえば栗!!大きな栗を目の前に、皆さんで栗の皮むきをしました。大量にありましたが、人数も沢山いたのですぐにむく事が出来ましたね。むき終わった後は手が疲れてしまいましたが、美味しい栗ご飯が食べれて満足して頂けたのではないのでしょうか?

10月の行事

里山散策

↓栗をイガから取り出してくれ



ました。

残暑が厳しく、栗の実りもいまいちかと思っていまいましたが立派な栗のイガが地面に落ちていたり、取り頃の茶色いイガが木に残っていたりと沢山の収穫がありました。中に入っていた栗自体は小さくかわいらしい物ばかりでしたが、10個ほど取れた実はとても色艶の良い物ばかりでしたね。また、アケビや柿など沢山の種類の実が採れて“赤目の森”ならではの自然をととても身近に感じることが出来たのではないのでしょうか？

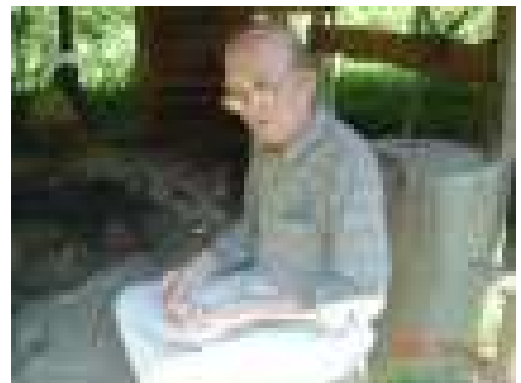


←

皆で木に巻き付いたアケビの蔓を引き寄せて収穫しました！

→

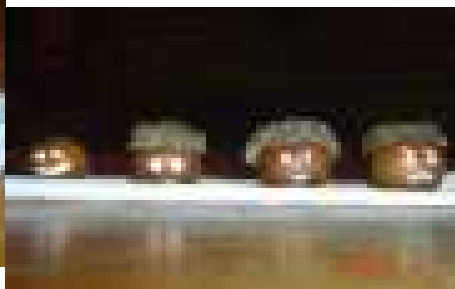
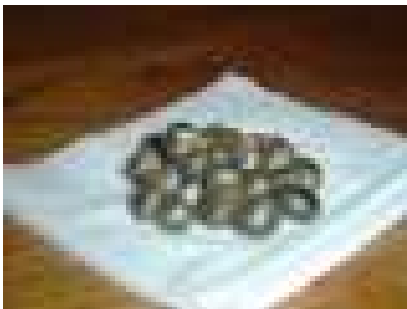
子供の頃のおやつだったと懐かしみながら食べてらっしゃいました。



先月は下旬にも里山散策を行い、上旬には見られなかった少し黄色く色付き始めた木の葉もあり季節の移り変わりを楽しむ事も出来ました。

ムカゴやクヌギの木のどんぐりなど、上旬とは違った実りもあり山の偉大さに感激です！

↓持ち帰ったどんぐりに職員が手を加えました。



赤目の森大運動会

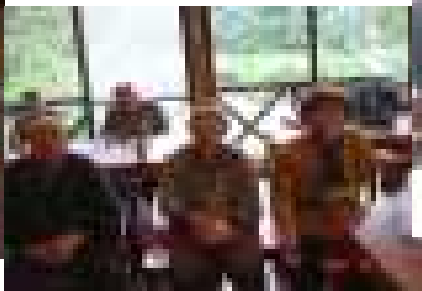
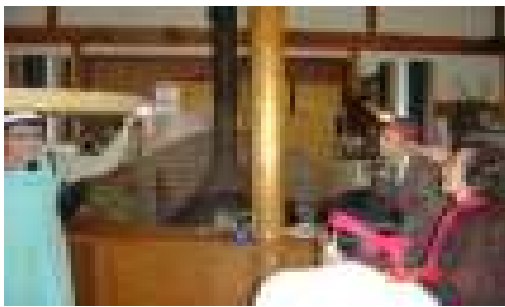


秋といえば運動会の季節です！

赤目の森でも里山広場まで足を運び、大運動会を開催しました。

20メートルの距離を移動する時間を計ったり、ボール投げや綱引き、玉入れ、パン食いなど様々な競技に参加していただきました。中には去年の記録を更新したりと大変素晴らしい結果を残されている方もおり、嬉しそうにされていました。

残念ながら、お天気が悪く室内での運動会になってしまった方もいらっしゃいましたが、中ならではの玉入れや、パン食いなどを張り切ってされていました。



日帰り旅行

今回の秋の日帰り旅行は榛原の駅の近くにあるやまと座での大衆演劇（小林劇団さん）を見に行きました。

お昼前に榛原に到着し、先に少し早い昼食をウナギ屋さんで頂きました。ボリューム満点のウナギづくしのお昼を食べて満腹になった頃に丁度芝居の開始時間となり少しバタバタとしましたが、楽しんでいただけましたでしょうか？千秋楽という事もあって、大変盛り上がり大賑わいでしたが、満足して頂けているなら幸いです。

今回参加されなかった方も次回また一緒に行きましょうね！

↑小林劇団の副座長さんです



11月生まれのお誕生日の方

おめでとうございます
ございます



様 昭和7年11月 日 75歳

