

料理教室



今年最初の料理教室では『チヂミ』『肉まん』『春雨スープ』を作りました。調理を始める前は、イメージ通り作れるのか不安もありましたが、実際に切って混ぜて・・・をはじめると思っ包丁も箸も上手に使いこなし、思ったより簡単に出来た様子でした。肉まんはホットケーキミックスを利用した事で、ふかふかの出来上がりになりました。味付けは職員の手を借りず、自分たちだけで決めましたが、ちょうど良い濃さに仕上がりました。大満足の結果となりました。低予算でたっぷりの野菜を摂ることもつながら、少しでも生活向上の支援ができたのではないかと思います。



裾野公民館祭

平成30年12月7日、裾野公民館祭りに参加しました。今回はラッツ&スターの『め組のひと』と西城秀樹の『ヤングマン』の歌の振付をまねて踊りました。会場の方々も知っている曲だったので、一緒に「Y・M・C・A」と手振りして頂き、とても盛り上がりました。発表の1か月前から、利用者の方たちと作業終了後に毎日練習を重ねてきました。当日は緊張がおさまらないまま、本番に臨みましたが、練習の成果をぞんぶんに発揮でき、ミスもなく終え、皆さん達成感を感じていました。その後、美味しいラーメンをいただき、楽しいひと時を過ごしました。



利用者企画レク 昼食 & 温泉



3月6日(水)に利用者の要望にこたえる『利用者レク昼食&温泉へ行こう』を企画しました。「カフェレストランガスト」で昼食を摂り、西目屋村の『ブナの里白神館しらかみの湯』でゆっくりと温泉に浸かって来ました。この温泉は世界自然遺産白神山地の玄関口に位置しており、泉質はナトリウム-塩化物泉で効能は疲労回復、神経痛等に良いようです。利用者の方から日頃の疲れを癒したいと要望があり、計画しました。のんびりと浸かり身体も心もほっこりする時間を過ごしていただきました。

参加した利用者の方々には、とてもよろこんでもらい、今回の利用者レクも大成功でした。これからまた楽しい企画を考えていきますので、ご要望お待ちしております。



クリスマス&忘年会 12月



クリスマスチャーゲームにカラオケ、美味しい料理、笑顔の絶えないクリスマス忘年会となりました。



年越し会



今年も無事に1年を過ごすことができました。

1月 楽しいお正月

大石の里では帰省されない利用者の皆さまに、少しでも正月気分を感じてもらいたいという願いから様々な企画を行っています。
岩木山神社の初詣 書初め 地域の消防団による纏振り 初売り 一番楽しみしている年越しそば おせち料理 お汁粉などお正月の味を楽しんで頂きました。おなかいっぱい満足だと好評でした。



2月 雪燈籠制作&見物



天候に恵まれ、素晴らしい雪燈籠を見ることが出来ました。

豆まき



無病息災を祈願し、鬼は外 福は内の掛け声で恒例行事の豆まきを行いました。皆さん、豆をまくより食べる方が良いみたいです。



大石の里 畑栽培野菜カレンダー										ハウス栽培のもの									
品目 (品種)	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	収穫ピーク		品目 (品種)	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	収穫ピーク	
メークイン	5月中旬から種イモ植え			収穫				7~8月		いちご			収穫					6月	
男爵いも	5月中旬から種イモ植え			収穫				7~8月		ミニトマト	6月初旬から苗植え			収穫				7月下旬~9月中旬	
平隠元	6月初旬から苗植え			収穫				8月		パプリカ苗	運搬	苗完成	4月初旬から種植え 5月中旬過ぎ苗完成					5月中旬	
栗かぼちゃ	6月初旬から苗植え			収穫				8月		パプリカ	4月初旬から種植え 5月中旬過ぎ苗植え			収穫				7月下旬~8月下旬	
ピーマン	6月初旬から苗植え			収穫				8~9月											
なす	6月初旬から苗植え			収穫				8~9月											
にんじん	6月初旬から苗植え						収穫	9月中旬											
もやし	7月中旬過ぎから苗植え						収穫	10月											
ねぎ	5月中旬から苗植え						収穫	9月上旬											
小だいこん	6月初旬から種植え			収穫				7月下旬											
ぶつまいも	5月中旬過ぎから種植え						収穫	10月上旬											
ブルーベリー				収穫				7~8月											
ヒヨウガ							収穫	9月中旬~下旬											

無人販売販売予定表

販売は5月下旬より予定しております。

- ・5月下旬:パプリカ苗
- ・6月:いちご
- ・7月:じゃが芋(メークイン、男爵いも)、ミニトマト、パプリカ、小だいこん、ブルーベリー
- ・8月:じゃが芋、平隠元、栗かぼちゃ、ピーマン、なす、小だいこん、ミニトマト、パプリカ、ブルーベリー
- ・9月:じゃが芋、平隠元、栗かぼちゃ、ピーマン、なす、にんじん、ねぎ、みょうが、ミニトマト、パプリカ、ブルーベリー
- ・10月:じゃが芋、栗かぼちゃ、ピーマン、なす、にんじん、さつまいも、みょうが、ブルーベリー

※天候の影響により予定した品目に変更になる場合がございますのでご了承下さい。

平成三十一年度も事業所前にて季節の野

お知らせ



今年も弘前桜まつりに出店します。公園内の桜の開花予想日が4月19日、満開が4月23日とのこと。会期は4月20日~5月6日の17日間です。

毎年好評のワンコインで買えるお得な『ケーキ・菓子の詰合せ』や、お土産品として好評だった『岩木山クッキー』『バター100%のパウンドケーキ』等を今年も販売します。さくら祭りにお越しの際は、是非、弘前公園内物産館にお立ち寄りください。お待ちしております。

お歳暮・委託加工 御礼

今年度も沢山の方からの、お歳暮のご注文・委託加工のご依頼をいただきまして本当にありがとうございました。職員一同、心より御礼申し上げます。



御歳暮の方は、おかげさまで、昨年を上回る注文数をいただくことができました。

これからもお客様の声にお応え出来る様に職員利用者一丸となって頑張っていきますので、今後ともよろしく願い致します。

《ご意見・ご感想・お問い合わせ》

多機能型事業所「大石の里」
 電話：0172-93-2110
 FAX：0172-93-2220
 住所：青森県弘前市大字百沢字東岩木山3138-2
 アドレス：oosi-jusan@sg-miyagikai.or.jp
 機関紙名：大石だより 第27号
 発行人：社会福祉法人みやぎ会 大石の里
 編集員：地域交流委員会

《編集後記》

年々暖かくなってきて、さくらの開花が早まっています。とは言えまだまだ寒い日もありますので、風邪などひかぬようお気をつけください。今回、平成最後の広報誌となりました。新しい元号でも宜しく願いします。