

# R5年 そらいろ 11月号

ピアつばめ 生活訓練事業所 そらいろ No42



早いもので2023年も残り2か月となりました。  
少しずつ肌寒さを感じられ、冬の訪れをより実感できますね。  
そらいろでは、冬の寒さに負けずスタッフ、メンバーさん共に様々な  
プログラムに取り組んでいきたいと思っております♪

## ～R5年10月プログラムの様子～



### ～ウォーキング～

少し肌寒い日でしたが、西公園を  
ウォーキングしながら周りました。  
自然豊かな道を歩いたり、展望台  
から福岡市内の街並みを見ながら  
過ごしました♪ウォーキング後は、  
身体もポカポカしていて、とても  
いい運動になりました。

### ～ワードバスケット～

手作りのカードを使ってワード  
バスケットに挑戦しました♪手  
持ちのカードを使ってしりとり  
をしていくゲームですが、なか  
なか単語が思い浮かばなかつた  
り、手持ちのカードでは単語が  
出来なかつたりと…スタッフも  
メンバーさんもかなり苦戦した  
ゲームでした(^~)



～スライム作り～  
洗濯のりやホウ砂を使って手作  
りスライムを作りました。  
ホウ砂と水を混ぜたものを、洗  
濯のりとお湯の中に入れると、  
少しずつ硬さが出てきてスライ  
ムが完成しました♪中にラメを  
入れてキラキラさせたりとオリ  
ジナルに仕上げました♪



### ～お菓子作り～

今月のお菓子作りは「クレープ」に挑戦しました♪  
以前、パンケーキを作った際に使ったホットケーキミックスが余っ  
ていたのので、それを使って作りました(\*▽)  
生地を薄く焼く工程が難しかったのですが、もちりとした生地が  
とても美味しかったです。トッピングは生クリームとフルーツを入  
れました☆次回は何を作ろうかワクワクしながら考えています！笑



### ～調理実習～

今回は、キノコパスタとパン  
プキンサラダを作りました！  
秋が旬のキノコを2種類入  
れています♪サラダは具材がカ  
ボチャだけのシンプルなサラ  
ダに仕上げました。食から秋  
を感じられた日でした★

# R5年 11月のスケジュール

(午前) 10:00~12:00

(午後) 13:00~14:40

月	火	水	木	金	土	日	
*6日⇒買い物代 *10日、28日⇒買い物代、昼食代 *24日⇒カフェ代 カフェ代、昼食代はそらいろから250円負担があります。		1	イラスト (佐々木先生) 目標決め、振り返り	2	清掃活動 (小戸公園)	3	文化の日
		—		羊毛フェルト			
6	買い物 (マークイズ)	7	書道 (石橋先生)	8	ウォーキング (油山片江展望台)	9	SST (会話のキャッチボール)
	推理クイズ	図書館へ行こう	—	—	製作 (ガラス絵の具シール) 参加費: 100円	10	外出 (伊都菜彩)
						11	12
13	軽運動 (バドミントン)	14	カレンダー作り	15	メンバー会議 自分の時間	16	調理実習の買い出し
	製作 (レジンキーホルダー) 参加費: 100円	刺繍の時間	—	—	DVD鑑賞	17	調理実習 (お好み焼き) 参加費: 200円
						18	19
20	製作 (リング作り) 参加費: 100円	21	書道 (石橋先生)	22	イラスト (佐々木先生)	23	製作 (インクアート) 参加費: 100円
	買い物の練習ゲーム (支払いを学ぼう)	図書館へ行こう	—	—	清掃活動 (ゴミ拾い)	24	そらいろ号封入作業
						25	26
							カフェに行こう (とわ・え・もあ)
27	紅葉を見に行こう (紅葉八幡宮)	28	外出 (ららぽーと福岡)	29	11/23の振替休日	30	お菓子作りの材料 買い出し
	製作 (ピースアートシール) 参加費: 100円						お菓子作り (チョコプリン) 参加費: 100円

生活訓練「そらいろ」では一緒に過ごすメンバーを募集しております。

「生活訓練ってどんな所?」「何をしているの?」と少しでも興味がありましたら、いつでもお気軽にお問い合わせください。お待ちしております!!

☎ (092) 407-9641 (担当: 佐伯)

※プログラムの内容が当日変更になる場合もあります。その際はご了承ください。

- ・開所時間は10:00~15:00です。(水曜日は13:00までとなっています。)
- ・昼食はメンバーの方は200円でお弁当が注文できます。(※体験の際は360円または400円です。)

## 編集後記

過ごしやすかった季節から本格的に冬の寒さに移り変わるこの時期が苦手だったのですが、歳を重ねるごとに好きな瞬間になりつつあります。あっという間に11月になり、時の流れの早さに驚いています。2023年も残り2か月となり、残りも後悔のないように過ごしたいと思います♪皆様も体調に気を付けてお過ごしください。(そらいろ 佐伯)