

夢を育て、力をあわせてはばたこう！

2014年 11月 30日発行

カ ム ニ テ イ ー
翔 夢 nity

NO.78

特定非営利活動法人
『翔夢』

<http://www.npo-cam.jp/>

e-mail : nandemosoudan@npo-cam.jp



みかん狩り 第3施設

特定非営利活動法人 翔 夢

法人本部 大阪市平野区長吉長原 1-12-20
【事務局】 TEL (06) 6760-6167

長吉第1施設 障がい者ふれあい交流センター
大阪市平野区長吉長原 2-14-15
生活介護事業 ジョイネット長吉第3
TEL (06) 6777-7116
パソコンルーム TEL (06) 6760-6210

長吉第2施設 障がい者ふれあい交流センター
大阪市平野区長吉長原 2-11-8
生活介護事業 ジョイネット TEL (06) 6155-9901

長吉第3施設 障がい者ふれあい交流センター
大阪市平野区長吉長原 1-12-20
就労継続支援 (B型) 事業 ドリームネット
TEL (06) 6760-6181
地域活動支援センター ハートネット
TEL (06) 6760-5343

長吉第4施設 障がい者ふれあい交流センター
大阪市平野区長吉長原 2-11-6
生活介護事業 ジョイネット長吉第2
TEL (06) 6760-6250

長吉第7施設 大阪市平野区長吉長原 2-12-5
相談支援事業 ホープネット TEL (06) 6760-6161

障がい者ふれあい交流センター つるみ支所
大阪市鶴見区浜 4-18-7
就労継続支援 (B型) 事業 ワークネットつるみ
TEL (06) 6912-7333

寿司の日

らびらびら食べて満足、満足、

新米の季節であり、ネタになる海や山の幸が美味しい時期であることから毎年十一月一日を「寿司の日」と言うそうです。そんな「寿司の日」にちなんで、十一月十四日（金）の給食には、各施設で美味しいにぎりや手巻き寿司が振舞われました♪
 それでは、それぞれの施設での給食の様子と、その後行われたレクリエーションの様子をどうぞ！



第2施設



ジョイネットでは飲み込みがうまくいきにくい方もおられるので、その方々には出来るだけ元の形に近くなるようにネタを半分に切ったりして提供しました。皆さんが希望された握りの中にイカや貝があり、手巻きずしの海苔もありましたが、皆さん喉に詰めたりすることもなく、美味しく食べておられました。



第4施設



前日から飾りつけをし、寿司屋の雰囲気を出しました。利用者様も普段と違う雰囲気だったので楽しそうでした。それぞれ選んだ寿司ネタが出てきて美味しく食べ、手巻き寿司では好きな具を選び巻いて食べていました。手巻き寿司の具は沢山あったのでどれから食べようかと迷ったりもされていましたが、おかわりもしている利用者様もいておなか一杯のようでした。



第7施設

「ネタは何が出るの？」や「どんなのが出るの？」など利用者様からの声がありました。第一施設では、入口にのれんを付け職員が寿司屋の恰好をしてレクリエーションに参加しました。



今号の「理事長の「か月」は、都合によりお休みです。」



第3施設



寿司食べてクラフトパーク

Let it GO…!

〜ありのまま〜

みなさんとても美味しく食べ、「お腹いっぱい」と満足して頂けました。

午後からは『運動不足解消!』と、クラフトパークの公園まで季節を感じながら歩いて行きました。現地では『だるまさんが転んだ』を多くの方としました。見ている方からも笑い声上がり、

みなさん子どもに戻っている感じが印象的でした。



つるみま所

お腹いっぱいになった(笑)ましてや美味しかったし、量も沢山。あとは寝るだけ…つてそれはあかんやろ。

レクしよ、レク。施設長賞(ジュースタダダ券)の争奪戦。骨肉のビンゴ大会。



区民ギャラリーで作品展、開催しました

写真クラブ

七七号で予告していましたが、写真クラブでは初めての作品展を平野区役所一階の区民ギャラリーで開催しました。展示する作品は部員がこの一年間に撮影したものからみんなを選び、展示する順番もみんなでお話しして決めました。

展示作業も部員の手で行いました。「きちんと展示してみると様になってるなー」とみんなちよつと感心していました。ご覧になられた方はぜひ、感想などお聞かせください。(石井 伸一)



翔夢のクラブ活動

10月のレクリエーション

平成の大改修 姫路城

…外からだけの見学しく

快晴の秋空のもと、ワークネットつるみに九時一〇分集合と、いつもの通所時間より早い集合時間にも、参加者誰ひとり遅れることなくパーフェクトな出発で始まった今回の月間レク。初めて大阪を飛び出してのエクスカージョン（遠足）となりました。思えば、これまでに、お花見・バーベキューに始まり、大阪



市立科学館や大阪くらしの今昔館と天神橋筋商店街食べ歩き、通天閣と串カツと天王寺公園散歩：等々、様々な形で交通機関にふれて、お店や人々にふれて、社会の中の自分の存在にふれて：この半年間の体験の集大成が郊外への団体活動に繋がりました。いつもは利用者のみなどで決まる目的地も、今回は、施設長の「今、ちょうど外壁修復が出来上がり、白い綺麗な状態で見える事ができる絶好の機会だよ。」の声に賛同して、まだ内側は見学出来ないけれど、国宝・重要文化財で世界遺産にも登録されている美しい姫路城を見ておこうと決まりました。暴れん坊将軍のオープンングのお城です。

ワークネットつるみ



運転は副理事長、ナビは施設長という豪華で暑苦しい走り屋お二人が駆るマイクロボス一台を貸切り、高速道路でのサービスエリアの休憩を経て、出発から約一時間：。高速を降りてしばらくすると、遠くにそびえ建つ姫路城を視認して、バスの中でひと際大きな歓声があがりました。現地は工事のロープも張り巡らされた庭園でしたが、綺麗に整備されていて、そこでお弁当。外国人旅行者も数多くいて国際色も感じました。近くに感じる姫路城は、瓦にいたるまで雪を被ったよう

に白く輝きを放ち、突き抜ける青空に映え、どこから見ても白鷺城の異名をとる勇壮な外観にみんな見とれていました。天守の横にクレーンが隣接し、完全な状態ではなかったものの、このタイミングで白鷺城を観られたことは、幸運だったように思えます。楽しい思い出がまたひとつ増えました。

来年三月二十七日から内部も見学可能とのことです。みなさんも機会があれば、一度は行ってみてはいかがですか。きっと感激します。

(火宮 康夫)



みかん狩りに行ってきたよ

(*~*)

ときは十月二十四日晴天、
気持ちよく秋風が吹く中、ド
リームネット、ハートネット
総勢五十九名で貝塚市にある
ムラタケ農園へみかん狩りに
行ってきました。

小さな農園でしたが、見渡
すかぎりみかん、みかん、み
かんでした。(笑)一〇班に分
かれて、いざ行動！班のなか
で話し合い、みかん狩りに行っ
たり、先に腹ごしらえをした



ドリームネット
ハートネット

りと班によってさまざまでし
た。みかんは食べ放題で時間
は無制限。みなさん、みかん
が好きみたいでたくさん食べ
ていました。最高は十五個！！
よう食べたなあ。、
みかんの丘に登ると神戸や
六甲山、かすかに淡路島がみ
えていました。
毎度のことですが、「楽し
かった」の声で無事に一日を
終えることができました。

(三浦 史)

ベリーカップ、今年は会長杯準優勝

ソフトボールクラブ

今年も毎年恒例のベリー
カップが一月一日、一七
日に開催されました。ソフト
ボールクラブにとっては、年
に一回の最大のイベントで、
日頃の練習の成果を発揮する
唯一の場所です。

結果は二日間で二勝二敗、
会長杯の準優勝でした。結果
にはみんな満足はしていません
ですが、とても良い経験にな
りました。早速みんな反省
会をして、来年に向けて練習
を始めています。

(吉田 正憲)

初日は職員含め十七人で早
朝から淀川のグラウンドまで
行きました。開会式が終わっ
てスタメンを発表していいよ
よ試合開始。みんなとても緊
張していて、最初は普段の力
を出せなかったのですが、次
第に声も出てきて盛り上がり、
見事勝利。二試合目は残念な
がら惜しくも敗退。第二日目
は緊張もほぐれ、みんなナイ
スプレーの連続でとても盛り
上がりました。



翔夢のクラブ活動

☆厨房取材コーナー

第3施設2階



第四回目となりました厨房
インタビュー！今回は、第三
施設二階（ハートネット）に
行って参りました。

この日の給食は、「サンマ
のポン酢おろし」♪ 厨房の
外から、焼き魚の良い匂いが
漂っていました。

ハートネットの特徴は、給
食の取り置きが多いこと。利
用者さんがいつ来られても、
少しでも温かいご飯を提供す



第3施設2階担当の竹島さん（左）、安田さん



るため、みそ汁を温め直す等
の工夫を下さっています。
こちらの厨房には、正規職
員である竹島さんもいらっ
しやり、利用者さんが帰られ
てからも、厨房責任者の田村
さんと共に月の給食の献立を
考えたり、試作をしたりと、
日々の美味しい給食のために
力を尽くして下さっています。
さて、厨房取材もあと二回

となりました。次回も日々頑
張って下さっている厨房職員
の方々を紹介したいと思いま
す！

厨房のムードメーカー竹島
さん、そして優しい安田さん。

本当にありがとうございます
た。

（真鍋 亜衣）

バザーグループより

リサイクル活動 始めました

みなさん知っていましたか？バザーグループは今年
の七月より、アルミ缶回収を
してリサイクル活動を始めま
した。集まった缶はつぶして
回収業者さんに持ち込むので
すが、経験がある利用者様に
教えてもらいながら取り組ん
でいます。たまに、「ゴキブリ
が出てきて「キヤー!!!」と
叫ぶ女性利用者様もおられま
すが、汗をかきながら、みな



（坂野 孝）

翔夢 Nity No.78 もくじ

- P1.....表紙
- P2.....寿司の日レクリエーション
- P3.....クラブ活動
- P4・5 ...10月のレクリエーション
- P6.....障がいを知ろう（番外編）
- P7.....厨房訪問・バザー
- P8.....厨房からのお便り

賛助会員入会のお願い

「翔夢」の活動をご理解いただき、
賛助会員にご入会ください。

募金・賛助会費振込先

- 郵便振替
口座番号 00980-8-317336
口座名義 特定非営利活動法人 翔夢
- 三菱東京UFJ銀行 平野南口支店
口座番号 普通 4636394
口座名義 特定非営利活動法人 翔夢

厨房からのお便り

11月に入り、秋も終盤にさしかかりました。寒い日も増えてくると思います。風邪もひきやすくなると思いますので体調管理には十分注意して下さい。さて今回は、そんな寒い日に身も心も温まるお料理「けんちん汁」をご紹介します。是非とも、作って身も心も温めてください。

【けんちん汁】 [材料] (4人前)

- | | | | |
|---------|-------|-----------------|-----------|
| 豚バラスライス | 60g | 2cm幅くらいにカット | |
| 大根 | 1/4本 | 2cm角くらいの乱切り |) |
| 人参 | 1/2本 | | |
| ゴボウ | 1/2本 | | |
| 厚揚げ | 1個 | | |
| さといも | 8個くらい | 皮をむき、酢水にさらしてカット | |
| こんにゃく | 1/4丁 | 水 | 1200cc |
| 生しいたけ | 2枚 | だしパック | |
| | | A | 醤油・塩・ほんだし |



- ① 水にだしパックを入れ、だしをとる。
 - ② ①のかつお出しに豚肉をいれ火を通し、大根・人参・ゴボウ・生の里芋・厚揚げを入れ、具材に火が通ったら最後にこんにゃく・しいたけを加え火を通す。その後、Aを適度に加え調味する。
- ※あくはこまめにすくいましょう。
※冷凍の里芋なら、こんにゃく・しいたけと同じタイミングで入れてください。

アルミ缶・スチール缶、ご提供ください！ 回収無料

NPO 法人「翔夢」では、あき缶のリサイクル活動も行っております。ご連絡頂ければお引取りに伺います。ご協力お願いいたします。

06-6760-6181 まで