

## 「ミュージアムパーク茨城県自然博物館」見学



8月30日、毎年恒例となっています家族会の「バスでおでかけ交流会」で、茨城県自然博物館に行きました。家族会とふれあいの合同で25名の参加です。古河市の大型バスなので余裕のある座席でゆったりと座れました。坂東市なので、ふれあいから1時間で到着です。ミュージアムパークと称されていて自然博物館と自然豊かな公園からなるのですが、あいにくの雨で博物館内だけの見学となりました。

自然全体のいろいろなテーマの展示室「進化する宇宙」「地球の生き立ち」「自然の仕組み」「生命の仕組み」「人間と環境」に分けられた展示物が展示され、子供から大人まで興味深く見る事ができます。茨城県らしく筑波山の地質や植生、動物、植物等身近な自然を知ることができました。

館内だけの行動となり時間が余るかと思いましたが、館内が広くて展示内容が充実していて、予定時間いっぱい楽しめました。また、昼食で訪れた館内のレストランは、リーズナブルな価格で、内容も豊富で衛生的です。

私ごとですが、前々から行きたいと思っていましたので、参加出来て大変嬉しく思います。この企画を立て、何度も下見に行ったりと、大変ご苦労された秋山会長に感謝いたします。(T)

### 参加者の感想です

- ・悪天候だったので、朝は中止になるのではと不安でした。以前来たことがありましたが、今回は皆さんと一緒にだったので前よりもたくさん見てまわられました。いろいろ感動があって良かったです。
- ・いろんな恐竜のほねとか、はっぱとかを見られて良かったです。楽しかったです。参加して良かったです。
- ・始めてきました。近くにこのような所があるなんて全く知りませんでした。
- ・羊歯の種類が多さに驚き、宇宙・地球46億年の歴史に驚き、人類の進化、素晴らしい歴史を感じました。



## 虹色ファーム



7月9日(火)は、「虹色ファーム夏の作業 day」でした。幸いなことに、天候は曇りでしたので、作業は順調に進みました。通所生3名スタッフ2名ボランティア10名の参加をいただき枯れ木や雑草の除去、その片付けなど良い汗をかき、きれいなファームになりました。終了後はほっと cafe のランチ、美味しい「サラダうどん」をいただきました。(M)



## カラオケ & ランチ

7月19日(木)カラオケ&外食ランチに行ってきました。

今年では会館の空調工事の影響もあり、ホールや研修室の利用が制限されて、月に1回の講座も開けない状態です。そのため外に出かけるレクリエーションを企画しました。3月から新しい試みとして給食を実施していますが、メニューにも慣れが出始めたこともあり、外食も気分転換になるのではと考えました。たくさんのメニューの中から自分の食べたいものを決めることも併せて目標にしていました。日頃から外食に慣れている方はスムーズに決めることができましたが、『選ぶ』ということ自体難しい方も多かったです。最近の外食産業では注文はタブレット、運ぶのもロボット、会計は自分で精算機にて行う店舗も多く、時代の流れに沿った支援も必要なのではと感じました。今回は事前に来店する旨を伝えてあったので席が用意されていて、店員さんに口頭で注文しました。しかし、外で行動する際の立ち振る舞いなどは社会経験の差が如実にあらわれるので、ご家族の方々にもご一考いただければと存じます。



利用者の方々はカラオケで歌っておなかが減ったところに、いつもと違う少しボリュームのある食事をされていました。食事のあとは暑い中を、おしゃべりしながら、にぎやかにふれあいに帰ってきました。涼しくなったら近隣の公園に散歩に出かけたいと思っています。(支援員 H)



## ほっと cafe



ほっと cafe では、9月から「担々麺」が久しぶりに登場します。辛いものが苦手な人も食べていただける、マイルドな辛さです。店内でお召し上がりいただくことも、テイクアウトも出来ます。ゴマの風味たっぷりの担々麺をぜひお召し上がりください。

店内でのお食事、テイクアウトもご予約いただくと便利です。(Y)



## 新しいスタッフ紹介します



今年の6月から皆様とのご縁があり働いている、支援員の石山です。通所生の皆様、スタッフの皆様と楽しい時間を過ごせたらと思います。どうぞよろしくお願いたします。

9月のほっとCafe menu

火・水・金の 11:00から13:30まで 営業中!

| 日曜日                           | 月曜日    | 火曜日        | 水曜日     | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日     |
|-------------------------------|--------|------------|---------|-----|-----|---------|
| おしらせ                          | サラダうどん | 3          | きのこのカレー | 4   | 5   | 6       |
| ◆購入されたお弁当は、ほっとcafe店内で召し上がれます。 | 10     | デミグラスハンバーグ | チキン南蛮   | 11  | 12  | 13      |
| ◆ドリンク・ソフトクリームもテイクアウトできます。     | 17     | 鶏の甘酢あんかけ   | 担々麺     | 18  | 19  | 20      |
| ご協力をお願いします                    | 24     | 豆腐ハンバーグ    | ガバオライス  | 25  | 26  | 27      |
|                               |        |            |         |     |     | 和風ハンバーグ |
|                               |        |            |         |     |     | ピビンパ    |

ご予約は 48-6719まで

お弁当 日替わり ランチ 450円

DRINK & SWEET

- ホットコーヒー 100円
- アイスコーヒー 150円
- 紅茶 150円
- アイスティー 150円
- ソフトクリームサンデチキ 150円
- 【チョコ・ストロベリー】 200円
- ミニソフトクリーム【バニラ】 150円

\*ケーキは予約販売のみとなります。詳しくはスタッフまで

テイクアウト

