

# izumiだより NO.3

気軽に連絡してください！連絡お待ちしております♪  
TEL :0948(82)4491



## 季節活動

福智山ろく花公園にあじさいを見に行きました。あじさいの他にも、ユリやスイレンの花が咲いていました。あじさいの花と梅をお土産にいただきました。  
『ユリの花いろんな種類があって、山吹も咲いていました。帰りに、梅ももらって嬉しかったです。あじさいも種類がたくさんあって良かったです。』  
『私の大好きなあじさいが見れて良かったです。キレイな花がたくさん咲いていて、写真もたくさん撮りました。』

## スポーツサークル

毎週土曜日、体育館で楽しくスポーツ(バスケ、ソフトバレー、フットサル)をしています。熱中症にならないよう、水分をしっかりととりながら、汗を流しています。  
今後も参加メンバー募集です！！  
体験也大歓迎～★



## アートサークル

『二科展に出展するために、日々、絵のスキルアップや作品をより上手く描けるように努力しています。』  
『初夏のバラに水滴をたらし、写真を撮ってみました。しずくを作るのが難しく、思っているよりも、小さくしか作れませんでした。』

## 夕食サークル

6月は**大助うどん**に行きました。  
『かつ丼のかつが柔らかくて美味しかった。』  
『とんかつ・えびフライ定食のとんかつが美味しかった。特製ソース(ケチャップとソース)が美味しかった。』  
『えび天うどんを食べた。だしが効いていて美味しかった。えび天はえびがぷりぷりしていて、衣がサクサクで美味しかった。』

## 創作活動

～好きなことや得意なことにも取り組んでいます！～



『私は好きなキャラクターの絵を毎日描いています！実際に絵を描くと難しいけど、頑張って最後まで描いています♪』



福智山ろく花公園でいただいた梅でジュースを作りました★

## 『鮭きのこソース・ポテトサラダ・豆腐とわかめの味噌汁』



今回紹介するメニューは**鮭きのこソース**です！  
『バター味がしっかり付いていて美味しかったです。』

参考文献:『決定版 ケンタロウ 絶品！おかずP.70』

### 材料(2人分)

甘塩鮭 2切れ	しめじ 1パック
まいたけ 1パック	にんにく 1かけ
バター 大さじ1	酒 大さじ1
塩、こしょう 各少々	しょうゆ 大さじ1/2
サラダ油 大さじ1	

### 作り方

- ①しめじは石づきを切り落として小房に分ける。まいたけは食べやすい大きさに裂く。にんにくはみじんぎりにする。
- ②フライパンを熱してサラダ油を引き、鮭を並べ入れて蓋をし、中火で焼く。焼き色が付いたら、返してこんがり焼き、器に盛る。
- ③フライパンをさっとふいて熱し、バターを入れ、ジュワーと溶けたら、にんにくを入れて弱火で炒める。いい香りがしてきたら、きのこ類を加えて塩、こしょうをふり、強火で炒める。きのこがしんなりしてきたら、酒を加えてさっと炒め、アルコール分がとんだら、しょうゆを加えて炒め合わせる。
- ④②の鮭に③をかけたら完成～！！



## 誕生日会

**4、5、6月生まれ**の方の誕生日会☆  
今回は3名のお祝いをしました。  
みんなでフルーツケーキを作り、パースデーソングを歌いお祝いしました♪  
ジュースで乾杯～(^^)／

～誕生日の方から言葉～  
『みんなに祝ってもらえて、嬉しかったし、ケーキが美味しかったです！！』  
『ケーキもトッピングのみかんも美味しかったです。』  
『リースも首にかけてもらえて、嬉しかったです。』

## 地域活動支援センター

### \* 1日の流れ \*

- 10:00～ 午前活動
- 12:00 休憩
- 13:00～ 午後活動

それぞれが好きな活動に、参加しています。  
活動に参加せずに、ゆっくり読書をする方も♪

- 橙＝サークル活動で、外部の方も一緒に活動しています。
- 紫＝主に、izumiを利用されている方たちが参加して行われる活動です。
- 青＝izumiで創作したものをアップしています。

