



特定医療法人 生仁会
 地域活動支援センターやまびこ
 高山市国府町村山251-2
 (0577)72-5023
 令和6年7月発行 No. 157

こんにちは。蒸し暑い日々が続いていますね。高山は朝と昼の温度差が激しく、体がついていかない日々を送っていますが、皆さんはどうお過ごしでしょうか？梅雨の時期は、天気曇っていると、体もだるさを感じてしまいます。私たちはメンバーさんの笑顔を励みに頑張っています。これからは夏本番！！さらなる暑さが待っているかもしれませんが、熱中症など健康に気をつけ夏を満喫しましょうo(*^▽^*)o

4月たんぽぽ会 グラウンドゴルフ大会のご報告

4月27日(土)に、グラウンドゴルフ倶楽部でグラウンドゴルフ大会を行いました。当日小雨が降り、開催も心配されましたが、すぐに雨が止み暑すぎず寒すぎず、ほどよい天気のもと、熱戦が繰り広げられました。各グループに分かれて、8ホールを2周しました。優勝争いも白熱し、なんと優勝者1人、準優勝者2人、3位の方が2人と、なんと入賞者が6人もいました！また、今回の大会では、ホールインワンを出した方が3名もみえ、その方達には、グラウンドゴルフ倶楽部さんからほうれん草をいただきました。(^▽^)
 各グループで声をかけ合いながら、競い合いつつ、励まし合いつつ、楽しく過ごすことが出来ました♪



調理クラブご報告

4月の調理クラブ



【メニュー】

- ・たけのこの炊き込みご飯
- ・舞茸の焼き天ぷら
- ・ちくわの磯辺揚げ焼き天ぷら
- ・焼きかまぼこサラダ
- ・あおさ汁
- ・イチゴゼリー

4月は春らしい旬の食材を使ってたけのこご飯や舞茸の焼き天ぷらなどを作りました^^
 たけのこご飯は、出汁がよく効いたやさしい味わいで他のおかずにもよく合う一品でした。たけのこの香りがとても良く、食欲をそそられ、参加者の皆さんもたくさんおかわりされました！
 イチゴゼリーはゼリエースとイチゴを使ったとても簡単でおいしいデザートです。イチゴの味がしっかりとて春にぴったりなデザートでした。
 興味のある方は、レシピを10円でお渡ししているので職員に声をかけてください。



ピアグループ活動



ピアグループでは、メンバーさんの提案で吉城山ゆり園さんの「カッコウの森」に行き、今後の活動について話し合いをしました。普段とは違う場所で活動することで良い気分転換になり、参加されたメンバーさんもソファでくつろぎ、ドリンクバーを飲みながらゆったりとした時間を過ごしました^^

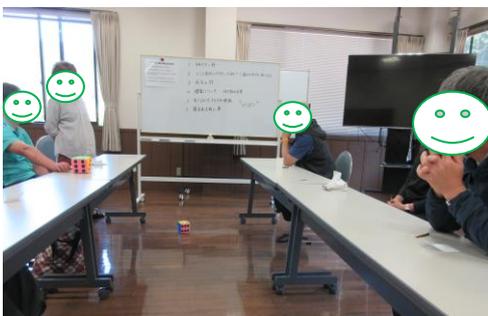
ピアサポートとは…

同じ体験を持った者同士がその体験をもとに共感し合い助け合う支援を総称しています。ピアには「同じ立場」「対等」という意味があります。同じ悩みを持った者同士の対等な支援ということです。ピアサポート活動を行う主体としての役割を持った人のことを「ピアサポーター」といいます。ピアサポーターについて興味のある方や質問のある方、気軽にやまびこまでご連絡ください。

ぴあって何？



語らまいか



語らまいかでは、以前放送されていたトークバラエティ番組「ライオンのごきげんよう」のように、サイコロの出た目のテーマトークについて自由に語ります！

テーマは、参加したメンバーさんに考えてもらっています。

趣味のこと・最近あった出来事などなど… 自分が話したいことや、他の人に聞いてみたいことをテーマに楽しく自由にお話しています。

初めての方も気軽に参加してみてください^^

