



発行：社会福祉法人 聖家族の園 理事長 杉山好文

〒411-0936 静岡県駿東郡長泉町元長塩888-69 TEL 055(989)0250 FAX 055(989)0252  
E-mail seikazoku-akira@tiara.ocn.ne.jp ホームページ http://www.nagaizumi-home.jp

## 力をあわせて

「ながいすみホーム地域づくりセンター

MOKU OHANA (モク オハナ)」が開所してから1年が経過しました。温かいご支援とご協力を賜りまして、誠にありがとうございます。

モク オハナではこの一年間、地域の一員となるべく様々な取り組みを行ってまいりました。今後も、様々な活動を通じて、地域の皆様のお力になれるように、モク オハナをもっと身近な存在と感じていただけるように邁進をしていきます。

皆様、今後ともよろしくお願ひいたします。

モク オハナ 開所1周年イベントにて  
みんなでオリジナルの「マスク」をつくりました。



「ながいすみホーム地域づくりセンター」

# Moku Ohana

モク(地域)

オハナ(家族・仲間)

## 悪・オハナをやっつけろ!!

モク・オハナ開所1周年を記念して(?)、  
悪・オハナ軍団がモク・オハナにやって  
きました…!

地域の子供たちと、急きょ駆け付けてくれた  
沼津プロレスの夢のタッグが実現し…!?  
大笑いの一日でした!

### 子供たち VS 悪・オハナ

綱引き対決の行方は…  
子どもたちの  
**圧勝!!**



デイサービスにて一緒に風船バレーをしました。  
利用者様も職員も、ナイスバディに興味津々でした(笑)。



沼津プロレスの皆様  
ありがとうございました!!

お年寄りのことでお悩みの皆様  
お気軽にご相談  
下さい。

# 希望のわだち柿田

## わだちサロン 『なごみアート』

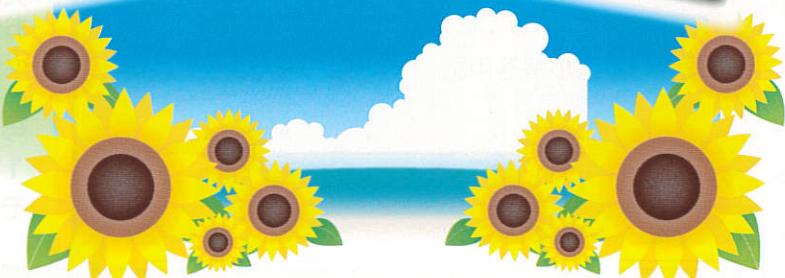


6月のわだちサロンは、パステルの粉を指を使って描く「なごみアート」です。始めは「絵なんて描けない」と言っていた方たちも自分の作品の出来栄えにビックリ！「楽しかった！面白かった！」と喜んでいただけました。参加者の皆さん、先生、ありがとうございました。

## ながいすみホーム



特養では、6月8日に「トラヤ」の訪問販売がありました。トラックの中に並んだ様々な洋服を見て、皆さま目を丸くされていました。お気に入りの服は見つかりましたでしょうか？？



## 季節のレシピ ソーメンチャンプルー

### 夏バテ予防にゴーヤ料理はいかが?



沖縄には独自の伝統料理があります。どれも特徴的でくせになる味のものが多いです。

そんな、沖縄から伝わってきたゴーヤは風邪の予防や疲労の回復、肌荒れなどに効果的なビタミンCを豊富に含んでいます。ゴーヤの特徴は独特の苦みです。あの苦み成分は「モモルデシン」という成分で、これがとても体にいいそうです。まずは、胃腸の粘膜を保護したり食欲を増進する効果があるそうです。また、神経に働きかけて、気持ちをシャキッとさせる効果もあると言われています。まさに暑さでだれてしまいそうなこれからの時期にもってこいの食べ物です。夏の昼食にどうですか?

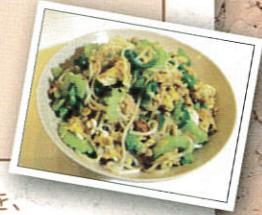
#### 材料 (2人前)

そうめん	1束
ゴーヤ	1/2本
ツナ缶	小1缶
卵	2個
パプリカ	1/2個
ごま油	大さじ1
中華だし	小さじ1
和風だし	小さじ1

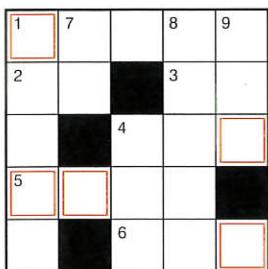
- 1 ゴーヤと野菜を切っておきます
- 2 フライパンに油をひき、野菜ヒツナを炒めていきます
- 3 そうめんを茹でます
- 4 茹であがったそうめんを入れて炒めます
- 5 調味料を入れて炒めます
- 6 とき卵を入れて、固まったら火を止めます



そうめんはゆでてもみ洗いしたものを、すぐに炒め始めることが大切なので、野菜を炒めて一度火を止めて、麺をゆでること。また、ゴーヤの苦みが苦手な方は、スライスした後、塩もみや、さっと茹でると苦味が軽減されます。



## クロスパズル 162号



### (問題)

クロスワードを解いて、二重枠に入った文字を並べ変えると何という言葉になるでしょう?

### (応募要領)

問題の答えと名前を書いて、ホームの事務所窓口へお出し下さい。抽選で5名の方に素敵な商品を差し上げます。**〆切は8月15日**です。

### (たてのカギ)

- 小麦、大麦、ライ麦などの農地。オヨネーズの大ヒット曲。
- くつついているものをはぎ取ること。
- 1年で最も昼の時間が長い日。
- 英語で日記、手帳のこと。
- 船を港にとめておくためのもの。

### (よこのカギ)

- 限りがなく大きいこと。
- 専門的な技術者の事。建設〇〇。電気〇〇。
- 墨を吐く海の10本足。
- 流行、ブームのこと。
- 狩猟の一種で鷹を使う。
- ビジネスマンの彼は今年〇〇〇を新調した。

## 平成28年度偲ぶ会



今年度も杉山旭初代園長の命日にあわせ、偲ぶ会を開催いたしました。

前年度は6名の方がお亡くなりになりました。大津様による聖歌や担当職員による思いのこもった手紙朗読、スライドショーを行いました。

皆様のご冥福をお祈りいたします。

## モク・カフェ営業中

モク・オハナで毎月「モク・カフェ」を開催しています。美味しいコーヒーを飲みに、ちょっと涼みに、お気軽にお立ち寄りください。みのり工房のパン屋さんの出店もありますよ。

毎月第2水曜日

11:30~13:00

モク・オハナ 2Fにて開催中!



うまやど162号 パズル解答用紙

おなまえ

おところ

利用サービス なし · あり (サービス名: )

解答