

11月スケジュール

2023年11月

Nov
令和5年

月	火	水	木	金	土	日
<p>11月は、ディケアの畑で採れた野菜を使った芋煮会があります。</p>	<p>1 ハンドベル 園芸</p>	<p>2 室内スポーツ マインドフルネス 創作</p>	<p>3 文化の日 認知行動療法(物質) 映画 おやつクラブ</p>	<p>4 ミーティング 簡単ヨガ 木工</p>	<p>プロセス依存 認知行動療法 プロセス依存 ミーティング</p>	<p>5 お休み</p>
<p>6 ハンドベル ミーティング おやつクラブ 芸術</p>	<p>7 室内スポーツ 認知行動療法(物質)</p>	<p>8 ピラティス ミーティング カレンダー作り</p>	<p>9 料理(惣菜) 簡単ヨガ おやつクラブ マインドフルネス</p>	<p>10 室内スポーツ 認知行動療法(物質)</p>	<p>11 ミーティング おやつクラブ 園芸</p>	<p>12 プロセス依存 認知行動療法 プロセス依存 ミーティング</p>
<p>13 アンガーマネジメント 簡単ヨガ 駿河探訪 カレンダー作り</p>	<p>14 認知行動療法(物質) 散歩</p>	<p>15 委員会活動 ミーティング ハンドベル</p>	<p>16 室内スポーツ マインドフルネス 映画</p>	<p>17 認知行動療法(物質) 芋煮会</p>	<p>18 ミーティング ピラティス 木工</p>	<p>19 プロセス依存 認知行動療法 プロセス依存 ミーティング</p>
<p>20 室内スポーツ 女性ミーティング ピラティス</p>	<p>21 カラオケ 料理(自炊ランチ) 認知行動療法(物質)</p>	<p>22 ミーティング 簡単ヨガ 映画</p>	<p>23 勤労感謝の日 料理(スイーツ) ミーティング マインドフルネス ハンドベル</p>	<p>24 認知行動療法(物質) リラックスタイム</p>	<p>25 ミーティング 園芸</p>	<p>26 プロセス依存 認知行動療法 プロセス依存 ミーティング</p>
<p>27 アンガーマネジメント ピラティス 季節行事</p>	<p>28 認知行動療法(物質) 映画 料理(パン作り)</p>	<p>29 ハンドベル 芋煮会</p>	<p>30 マインドフルネス 簡単ヨガ 駿河探訪</p>	<p>●スケジュール内容は変更になる場合があります。 ●毎週水曜日は20時迄のデイナイトケアとなります。</p>		

おやつクラブ

クラブメンバーで計画を立てて作りたいおやつに挑戦しています。



ティラミス



どら焼き



チョコクッキー



ミルフィーユ



ココア味のクッキーとインスタントコーヒーを使って、簡単だけど濃厚でとってもおいしく作ることができました。見た目きれいに出来ました。

間に挟むものを、粒あん、ホイップクリーム、あんこホイップクリームを混ぜ合わせたあんこクリームの三種類用意して、思い思いにサンドしました。

冷凍パイシートを使ってサクサクしたミルフィーユ生地にしました。カスタードクリームを手づくりし好きなフルーツをはさみました。

バターをたっぷり使ってサクサクした食感のチョコクッキーを作りました。チョコのゴロゴロ感もgood!

料理

スイーツ

【スイーツポテト】



ディケアの畑で育てたさつま芋を使用しました。利用者様みんなで食べました。



自炊ランチ 【混ぜうどん】



うどんにしっかり味付けをしてねぎやネギ、ニラを混ぜておいしくできました。自炊ランチは、月に一度、利用者様のアンケートの回答から一品決めていきます。

ディケアで収穫できた食材を使って惣菜を作るようにしています。


パン作り

～ソーセージパン～



生地にバジルを練りこんで風味も楽しめるパンになりました。カットしたものを少しずつですが、皆さんにも試食していただいています。中のソーセージがジューシーであっという間に完食となりました。

惣菜 【豚肉としめじのしょうが醤油炒め】



うどんにしっかり味付けをしてねぎやネギ、ニラを混ぜておいしくできました。自炊ランチは、月に一度、利用者様のアンケートの回答から一品決めていきます。

ディケアで収穫できた食材を使って惣菜を作るようにしています。

11月の予定

興味のある方、不明な点のある方はスタッフまでお声掛けください。

【おやつクラブ】

- 11/3 フルーツエクレア/シェイク
- 11/6 チョコバナナクレープ
- 11/9 ヨーグルトスフレケーキ
- 11/11 モンブランカップケーキ

【料理】

- 11/9 里芋味噌グラタン

【パン】 11/28 りんごパン

【スイーツ】 11/23 栗とあんこの和風パイ

【自炊ランチ】 11/21 焼肉定食

【映画】

- 11/3 『映画ドラえもん のび太の宇宙小戦争2021』
- 11/16 『フレンチ・コネクション』
- 11/22 『るろうに剣心 最終章 The Final』
- 11/28 『ハン・ソロ』

【駿河探訪】

11/13(月)・11/30(木)
須津川溪谷(大瀬の滝) (富士市)
※ワンボックスカー2台で行きます。

【園芸】

- 11/1 玉ねぎ定植/こかぶ種まき
- 11/11 スナップえんどう種まき
- 11/25 にんにく追肥

収穫(大根・きゃべつ・人参など)
※天候や野菜の成長によって変更する場合があります。

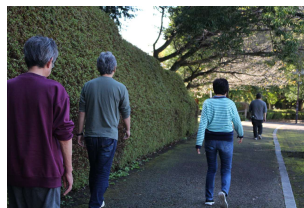
駿河探訪

～田貫湖～



今月は、田貫湖に行ってきました。のんびり散策するグループと、湖を一周早歩きでウォーキングするグループに分かれて過ごしました。紅葉には少し早かったですが、気持ちよく過ごせました。

ウォーキング



総合運動公園にバスで移動し、テニスコート周囲を、自分のペースで歩きます。木陰もあり、風がとて気持ち良かったです。キンモクセイも満開で、とっても良い香りでした。心もリラックスできる時間となりました。

NEW 花いっぱいクラブ



今月から「花いっぱいクラブ」がスタートしました。ディケア東側の桜の木の下の花壇や、玄関前のプランターを使って、季節の花を育てていきます。秋から来春の花は「パンジー」やキク科の「クリサンセマム」を中心に植えました。