

順天寮 広報誌

# やまぼうし

〒399-4117

長野県駒ヶ根市赤穂 8200-3 TEL0265-83-2335 FAX0265-81-7335

理念 友・愛・絆 「私たちは、毎日の生活の中で共に生きる友として尊重し、親愛の心を持ち寮全体を深い絆で結び合い、利用者の幸福の実現と潤いのある施設づくりを目指します。」

発行 No. 14

社会福祉法人 伊南福祉会  
救護施設 順天寮  
令和4年2月9日



順天寮ホームページ  
(伊南福祉会)  
<http://inanfukushi.or.jp/>



## すずらん祭

令和3年10月28日



4チーム対抗戦!



青チーム優勝!



お昼ご飯どうぞ~

屋台は大盛況!



おいしいよ♡

順天オリンピック開催~!!  
手作りの五輪の輪と聖火です。  
風船の炎がゆれる仕組みに。



さかな釣りゲーム



お手玉ポッチャ

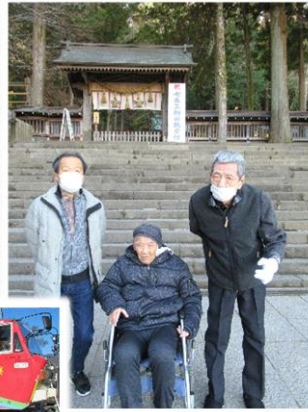
コロナ禍で地域の皆様との交流が思うようにならない中、恒例で行ってきたほほえみ祭の代替行事として、寮内ですずらん祭を開催しました。時間をかけてみんなで準備を進め、当日は思い切り楽しみました!

東京オリンピック・パラリンピックも無観客開催の中での盛り上がりでした。「次回こそは交流を!」と強く願って、感染症に打ち勝ちましょう!



12月2日

### 諏訪湖探検 ダックツアー



# 日帰り旅行特集

冬晴れのお出かけ日和に  
恵まれた日、諏訪大社上社参  
詣と、水陸両用バスの諏訪湖  
周遊ダックツアーを楽しんで  
きました。

諏訪大社では、手水舎の水  
が温泉水なのに感動し、水上  
バスでは湖を渡る風にふるえ  
ながらも、遠く富士山や穂高  
連峰を望むことができ、日常  
とちよっと違う空間を楽しん  
でくることができました。

10月7日

### みはらしファームで ぶどう狩り



コロナウイルス感染症の第5波が弱まりを見せた秋頃か  
ら、毎日感染予防対策に頑張っている利用者の皆さんとでき  
るだけの楽しい時間を過ごそうと、思い切って日帰り旅行の  
計画を立てました。県内の近場ではありますが、いくつかの  
グループに分かれ、秋の自然を満喫したり、美味しい食事を  
堪能したり、それぞれに思い出の一日を楽しみました。

近くにあるもなかなか行っ  
たことがなかったみはらしフ  
ームへぶどう狩りに行って  
きました。ぶどう畑がたくさ  
ん並んでいて4種類のぶどう  
があり、味比べと思いきや、す  
ぐにお腹いっぱいになってし  
まい食べきれず残念・・・  
秋の行楽日和に久しぶりに  
外でゆっくり過ごすことがで  
き笑顔で帰寮しました。来年  
は何狩りがいい？(^^)(^^)



12/9  
忘年会

11/30  
ケーキ作り

あんなこと、こんなこと、  
あったでしょう♪

### 思い出の アルバム



鍋を囲んでカラオケ熱唱



👍  
ケーキは  
みんなを  
こ～んな  
笑顔にし  
ますね♡

寒い！  
熱い！  
うまい！



11/11  
焼き芋会





11月下旬の秋が深まる頃、飯田市にあるレストラン「ガストロノーム・ドウ・マルキ」に出かけてきました。昨年もお世話になったお店で、利用者さんもお気に入りです。大きなプレートに載った食事はボリューム満点でとても美味しく、皆さんしっかり食べて満足されています。



11月25日  
レストランでお食事満喫班

11月2日にヘブンスそのはらに行ってきました。天気にも恵まれて紅葉が大変きれいでした。ゴンドラとリフトを乗り継いで、山頂からの景色、素晴らしいなあ！



11月18日  
居宅生活訓練・通所事業チーム  
箕輪ダム・もみじ湖

11月2日  
南信州 紅葉のバスそのはら



もみじの紅葉が有名な箕輪ダムへ紅葉狩りに出かけました。見ごろは少し過ぎていて美しい落ち葉の絨毯の上を歩きました。なんと、駐車場のトイレが使用不可！名残惜しくもあわてて次へ出発するはめに・・・



みんなで門松を作りました！

サンタの衣装がよくお似合い！

12/28 お正月飾り

12/23 クリスマスケーキ作り

今年はいとらず自分だけの小さなクリスマスケーキを作りました



# おしらせ

## 外部の方の体育館使用について

いつもご利用いただきありがとうございます。外部の方の体育館ご利用につきましては、新型コロナウイルス感染症の感染警戒レベルの上昇により、お断りすることがございます。ご利用にあたっては事前のご予約をお願いしておりますので、その時の状況に応じてご案内させていただきます。何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。

☎0265-8312335



手指消毒



手洗い



マスク

**タオル類（新旧問いません）のご寄付を歓迎いたします**

新しいものはタオルとして、中古品はウエスとして活用させていただきます。ありがとうございます。

## 令和4年 書き初め ギャラリー




2022年  
書き初め

新年の挨拶を込めて、書かれた作品が並び、会場は和やかな雰囲気です。



## 安全な楽しい食事で健康に

### ノロウイルスにも気をつけて！

給食室から 

コロナウイルスには「オミクロン株」の出現でまだ気が抜けません。手洗い・消毒・うがい等が生活の一部になっていますが、時節柄気をつけなくてはならないものに、カキなどの二枚貝がもたらす「ノロウイルス」による食中毒があります。このウイルスは、手指のアルコール消毒だけでは死滅しません。寒い季節ですが、石けんを使って流水で丁寧に手を洗いましょう。

また、カキは表示をよく見て、「加熱用」として販売されているものは生食せず、十分に加熱調理して食べましょう。まな板などの調理器具の洗浄・消毒もこまめに行いましょう。


**後記 編集**

暦の上では節分や立春を過ぎても、まだまだ寒い日が続きます。おかげさまで、伊那谷は雪は少なめですが、寒さはやはり身にしますね。コロナウイルス対策も気を緩めずに、体調管理に気をつけて、春を待ちたいと思います。

### 冬のあったかメニュー 『寄せ鍋』



写真は、みそバター味の寄せ鍋。  
調味料は信州みそ、みりん、かつおだし。  
バターは食べる直前に加え、溶けだしたところを器に盛ります。



★いっしょにいかが？★  
『まぐろと長芋のカルパッチョ風』

【材料と作り方】  
刺身用まぐろ 1切れを半分にする  
長芋 薄めの角切り  
きゅうり 輪切り（塩なし）  
☆市販の白だしと練りわさび少々で和えます  
お好みでオリーブオイル少々加えても。

[材 料]（お手持ちの食材でアレンジOKです！）  
鶏もも肉、豚バラ肉、ミートボール、焼き豆腐、白菜、水菜、長ねぎ、えのき茸、しらたき