



# ルリエ新聞 1月号

医療法人清楓会 地域活動支援センタールリエ  
 泉佐野市春日町1-25 ☎ 050-1559-0531  
 開所日：月曜日～金曜日 開所時間：9：30～17：00



## 12月の活動記録

### ★レクリエーション活動（クリスマス会）12月22日(木)

2022年最後のレクリエーション活動はクリスマス会でした。午前は聴くカラオケを楽しみ、昼食はクリスマスメニューで大きな鶏肉やスープを食べ、午後にははっぴーつるはしさんに来ていただいて漫談ショーでスタートし、参加者みんなで真赤なお鼻のトナカイを手話コーラスし、クリスマスジェスチャーゲームをして楽しみました(\*^\_^\*)クリスマス会の締めはプレゼント交換で、クリスマスソングに合わせてプレゼントを回して交換しました♪漫談ショーでもジェスチャーゲームでも笑いがあり、メンバーやボランティアの方の協力もあって、今年も明るく楽しい時間を過ごすことができました。



### ★調理実習 12月16日(金)

調理実習で揚げないからあげを作りました。「揚げないからあげってどうやって作るん？」と今回はメンバーからの質問が多く、気になって参加してみようと思ってくれた方もいて、参加者が多かったです(^o^)前日に味付けをして、当日は片栗粉をまぶしてから鉄板にお肉を並べてオープンとグリルとを使って焼きました。焼きあがったものを盛り付けて、昼食にみんなで食べました(\*^\_^\*)揚げていないのにジューシーでとっても美味しかったです。冷奴とお味噌汁も用意していたので唐揚げ定食のようになり、大満足の調理実習になりました。



### ★おやつ会 12月20日(火)

ミニクリスマスケーキ作りをしました。ロールケーキの上にホイップした生クリームをたっぷり乗せてから、バナナとみかんを乗せました。チョコプレーやアラザンをトッピングしてかわいいミニクリスマスケーキの完成(\*^\_^\*)参加されたメンバーで楽しいおやつの時間を過ごされました♪



新年明けましておめでとうございます。昨年はコロナ感染に夏の猛暑、冬の雪と振り回された一年でした。今年はあなたにとってどんな年になるのでしょうか。「卯年」ですのでピョンピョン、フットワークの良いジャンプの一年になったらいいですね。ルリエは昨年10月から熊取町のメンバーも入って、泉佐野市、熊取町、田尻町のメンバーが来られる地域活動支援センターになりました。お互いに助け合い、励まし合い、良い友達になって下さい。メンバーにとって居心地の良いルリエになる様、努力していきます。



- ルリエ利用時は、  
 ①マスクの着用  
 ②入り口前での手洗い、手指消毒  
 ③検温 ④問診 の協力をお願いします。

# 1月の予定

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
休み	休み	休み	レクリエーション活動 (春日神社初詣) 10:00～ 茶話会 13:30～	モーニング9:30～ さんぽ 10:30～ 囲碁教室 15:00～16:00	調理実習 10:45～ SST (リハビリトレーニング) 13:30～	休み
8	9	10	11	12	13	14
休み	休み  成人の日	レクリエーション活動 (脇浜戎) 10:00～ ルリエ in 田尻 (田尻ふれ愛センター) 13:00～16:00	グループワーク (依存症) 10:30～11:30 スポーツ活動 14:00～16:00	モーニング9:30～ 手芸会 13:30～15:00	書道 14:00～15:00 サロンドルリエ 14:00～16:00	休み
15	16	17	18	19	20	21
休み	グループワーク (強迫性障害) 10:30～11:30	ミーティング 13:30～	音楽鑑賞 10:30～ 手話教室 13:30～	モーニング9:30～ さんぽ 10:30～ 野球 13:00～15:00	おやつ会 13:15～	休み
22	23	24	25	26	27	28
休み	グループワーク (発達障害) 10:30～11:30	麻雀教室 15:00～16:00	将棋教室 10:30～ 映画鑑賞 13:00～15:00	モーニング9:30～ 手芸会 13:30～15:00	1月生まれ お誕生会 14:00～	休み
29	30	31	新型コロナウイルスの感染状況によって プログラムが急遽中止になることもあります。 ～年末年お休みのお知らせ～ 12月30日、31日、1月1日、2日、3日はお休みです。			
休み	聴くカラオケ 13:30～15:00 グループワーク (強迫性障害) 15:00～16:00	そうじ 13:00～				



※月～金の毎日、昼食サービスを提供しています。(300～350円) 味よし! 栄養バランス良し! ポリュームよし! おすすめです(^o^)  
 昼食サービスを申し込んだ方は14:00までに来所して下さい。14:00を過ぎると廃棄します。  
 ※毎週木曜日9:30～10:00朝食サービス(モーニング)を提供しています。(100円)  
 どちらも申し込みは前日16:00まで☆(前日が日曜、祝日の場合はそれ以前の開所日までです。)

☆スポーツ活動 1月11日(水) 14:00～16:00

☆野球 1月19日(木) 13:00～15:00  
 参加者は30分前にルリエに集合して下さい。  
 動きやすい服装、運動靴で参加して下さい。  
 詳細はスタッフまで☆

☆ルリエ in 田尻 1月10日(火)  
 13:00～16:00

田尻ふれ愛センターにルリエスタッフが出張します。  
 気軽にお立ち寄りください。

☆映画鑑賞 1月25日(水) 13:00～15:00頃  
 『寅さん』を予定しています。

☆調理実習 1月6日(金) 10:45～

お雑煮を作ります。参加費350円。参加申込みは1月5日(木)までです。

☆おやつ会 1月20日(金) 13:15～

白玉ぜんざいを作ります。参加費100円。参加申込みは1月19日(木)までです。

☆レクリエーション活動①(春日神社初詣) 1月4日(水) 10:00集合出発  
 徒歩で行きます。

レクリエーション活動②(脇浜戎) 1月10日(火) 10:00集合出発  
 車でいきます。参加希望の方は1月6日(金)までに申し込んで下さい。  
 交通費として200円お願いします。

☆1月生まれお誕生会 1月27日(金) 14:00～

1月生まれ以外の方も100円で参加できます! ムツキとコヒでお誕生日のお祝いをみんなでしませんか。参加申込みは1月25日(水)までです。

☆グループワーク

1月11日(水) 10:30～11:30 <依存症>  
 1月16日(月) 10:30～11:30 <強迫性障害>  
 1月23日(月) 10:30～11:30 <発達障害>  
 1月30日(月) 15:00～16:00 <強迫性障害>

各グループ、悩みや困りごと、成功体験などを集まって話をする時間を作ります。詳細はスタッフまで。  
 4名以上参加の場合は、相談室ではなく、密にならないようオープンスペース(食堂)で実施になります。