

カーブの木便り 10月号 秋号



涼しい秋風に、高く澄んだ空。暑かった夏が終わり、
過ごしやすい季節になってきましたね。朝夕はぐっと
冷え込んできましたが、皆様体調はいかがでしょう？
昼夜の気温差がある季節なので、健康面には十分
気をつけていきましょう。

お知らせ



再登録は、お済みでしょうか？

申し訳ありませんが、再登録がお済でない方は、
11月号の便りから発行を中断させていただきますので、
早めの再登録の手続きをよろしくお願いします。

※障害者手帳（お持ちの方）、印鑑が必要です。



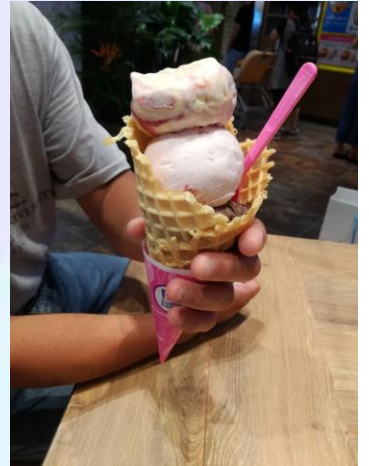
～ 活動報告 ～

イオンモールレク 7/8

この春にオープンした「イオンモール徳島」へ行ってきました。

昼食はそれぞれの気に入った店で美味しいものを食べ、

その後ショッピングを楽しみました。



映画レク 7/22

今回は『メアリと魔女の花』を見てきました。

ある日、可愛い女の子が夜間飛行という花に出会い、

魔女の国に迷い込むお話。映画を楽しんだ後は、

フードコートにて昼食をとり、皆さん思い思いに楽しめました。



バイキングレク 8/12

8月の前半のレクではおいしいお料理をいただくため、バイキングのお店「みよし野」

へ行ってきました！2000円でお腹いっぱいおいしいご飯を食べることができて大満

足でしたが、残念ながらこの

みよし野は8月に閉店してしまいました><

またおいしいお店を発見してレクで行ってみたいですね！



水族館レク 8/26



香川県高松市にある新屋島水族館へ行ってききました。



古風な建物のうどん屋さんで昼食を済ませた後、イルカショーを見たり、ママティ

やクラゲが優雅に泳ぐ姿を見て、癒された気持ちになって帰ってきました。



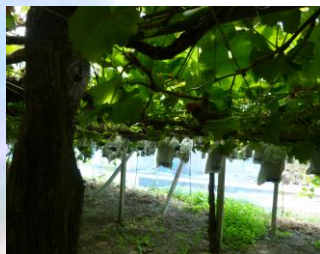
ぶどう狩りレク 9/2

9月になり、少しずつ過ごしやすい気候になって

きましたね！今回は、ぶどう狩りに桑村ぶどう園

に行ってきました☆甘くて美味しい実をたくさん

食べてお腹いっぱい！…ですが、この後すぐに、たらいうどんを食べに



一天へ！帰りは道の駅にも行って、ドライブとしても楽しめた1日でした♪



淡路島温泉レク 9/23

ゆったりと温泉につかるために淡路島まで行ってきました。

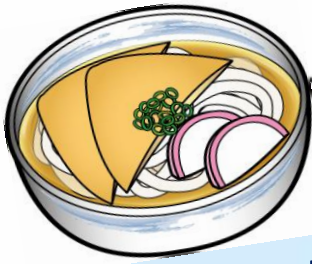
皆さん温泉に浸かって身も心も癒すことができたようでした！

温泉の後はレストランでごちそうに舌鼓！

天気も良く楽しめてよかったです！



10月レク予定



讃岐うどん店巡りレク

日時：10月7日（土） 10時集合

場所：うどんや まるちゃん（引田）

手織りうどん 滝音（三木）

費用：各自昼食代、買い物代

※うどんやまるちゃん→みろく公園→手織りうどん滝音
→ショッピングセンターの順に回る予定です♪♪

✂切り：10月6日（金）



外食レク

日時：10月21日（土）10時半集合

場所：レストラン シェリフ

費用：1000円～2000円くらい

※おいしいハンバーグがうたい文句の洋食屋さんです。

メニュー数も多いみたいなので楽しみですね(_) ☆

✂切り 10月20日（金）



☆実習生さんが来られました☆

今年も8月21日～9月6日の12日間、文理大学から実習生さんが来られ

ました☆遠い所から毎日車で通われていました！毎朝みなさんの

笑顔で、疲れも忘れて元気に過ごし、充実した実習となりました☆

来年、どこでどんなお仕事をされるのか楽しみですね♪

みなさん、ありがとうございました☆



秋のおすすめ食材 ~さつまいも~



さつまいもには、ビタミンC・ビタミンB1・ビタミンB2・カリウムなど私たちの健康に欠かせない栄養素が豊富に含まれています。特に、さつまいもに含まれるビタミンCは熱に強いので、風邪の予防に効果があるビタミンCを効率的に摂取することができます。

また、さつまいもには食物繊維も豊富。腸内環境を整え、免疫力もアップしますよ。ちなみに10月13日はさつまいもの日らしいです。



俳句

発達法	論じ太刀魚の	味覚かな	都
木犀の	香り漂う	帰り道	弘
からしあえ	木の芽きかせて	筍煮	博子
見とれてる	コスモスの色	あざやかさ	明美
三日月の	舟で銀河を	旅したい	力三
たきぎ能	かがり火に舞う	鬼女の面	力三
やわらげな	穂先揺れてる	すすきかな	博子
赤い羽根	募金の季節	赤十字	貴文
秋の空に	虫たちのなく	季節かな	鉄夫
育むの	あとひとときの	桃の生え	博紀
パソコンの	将棋へ王手	夜半の秋	敦子
走る子に	声援おくる	運動会	幸子

2017年 行事予定表

日	月	火	水	木	金	土
1 閉所日	2	3 HAPPY HALLOWEEN	4	5	6	7 ★うどんレク
8 閉所日	9	10	11	12	13	14
15 閉所日	16	17	18 ソフトバレ ー練習	19	20	21 フットサル ★パソコン 教室 ★外食レク
22 閉所日	23	24	25	26	27	28 ボードゲー ム
29 閉所日	30	31	★は予約が必要です お問い合わせ 088-685-5524			

ハロウィンとは、今から2000年以上も前の古代ケルト人の宗教『サウイン祭(収穫祭+悪霊祓いの儀式)』が始まりだったと言われています。古代ケルト人にとって10月31日は、1年が終わる日(大晦日)。新年は日没から始まると言われており、10月31日の夜(日没後)は彼らにとってとても大切な日だったんですね。

そしてそれは、死者の霊が訪ねてくる日でもありました(日本のお盆のようなもの)。同時に悪霊もこの世に来てしまい、家畜や作物を荒らし、子供をさらっていく(魂を取られる)と信じられていたんです。

悪霊を追い払うため、魂を取られないようにするために、悪霊や魔女の仲間のふりをして、自分や家族を守っていたんですね。これがハロウィンで仮装する由来と言われています。

*** 次回発刊は1月です(^o^)ノ♪



発行者：地域活動支援センター オリーブの木
〒772-0011 徳島県鳴門市撫養町大桑島字北の浜 53
TEL (088) 685-5524 ・ FAX (088) 685-5497

