

オリーブの木便り冬号



新年あけましておめでとうございます。

幸多き新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。

今年も職員一同、皆さんと一緒に頑張りますので、

何卒よろしくお願い致します。



閉所日のお知らせ

1月1日(水)

1月2日(木)

1月3日(金)

電話相談は、通常通りです



ちよこつと情報・・・

皆さん、鳴門に2軒ある足湯は、試されましたか??
 鳴門駅前ロータリーにある足湯とあらたえの湯にある足湯です。
 鳴門駅前ロータリーのお湯はあらたえの湯の源泉を使用しているみたいです。
 泉質：カルシウム・ナトリウム-塩化物冷鉱泉

【足湯使用時の注意事項】

- ①足洗い場で足を洗ってから入浴してください。
- ②食事の直前直後、飲酒後の入浴は避けてください。
- ③酩酊状態での入浴は避けてください。
- ④過度の過労時や運動後30分程度の間は体を休めてから入浴してください。
- ⑤脱水症状を避けるため、水分を補給してください。
- ⑥浴槽水の清潔を保つため、浴槽にタオルなどを入れないでください。
- ⑦他の利用者の迷惑となる行為は慎んでください。

まだの方はぜひ
お試しあれ～☆



俳句

年越しの	天ぷら蕎麦を	食しけり	幸子
千種摘み	聖母の歩む	クリスマス	理香
暖冬の	あおり受けつつ	雪女郎	博紀
水仙の	香りを抜けて	浦抜けて	鉄夫
どの家も	明かり灯もりて	大晦日	貴文
赤い実の	庭咲き誇る	万両	博子
雪下ろし	自分の命	これからだ	福夫
冬桜	今年の春は	神が知る	福夫
宝くじ	年末ジャンボ	狙い買い	弘
成人式	初恋の人の	背中あり	明美
天高く	クリスマスにて	わが想う	弘
バチカンの	祈り更けゆく	聖夜かな	都

活動報告



みかん狩りレク



10月26日、みかんの産地で有名な勝浦町にある「観光農園マル青園」で、みかん狩り&柿狩りを楽しみました。「時期が早すぎるよ～」と心配する声もありましたが、小さめですが良い感じに色づいてるみかんが実っていました。甘くて美味しかったです～。



そのあと羽ノ浦町にある中華料理店「神龍」で昼食をとりました。ランチ定食に付いてた杏仁豆腐が、これまた美味しかったです～。

瓦投げレク



11月9日(土)

パワースポットでもある香川県の屋島に瓦を投げに行きました。白い輪っかをめがけて『せ～の!』で一斉に投げたけど、残念ながら誰も入りませんでしたでしたが楽しかったです。

お昼は一鶴ランチ♪
柔らかい雛鳥と噛みごたえのある親鳥、「どっちにしようかな～」って声がいきかってました。鶏飯やお吸い物も注文し、全部美味しくあっという間に完食でした。



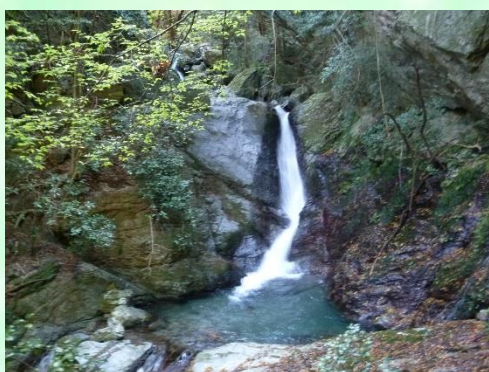
雨乞いの滝



11月16日(土)

去年は雨天と工事中ということで、滝の手前までしか行けませんでした。今年は、いい天候に恵まれ、皆で雨乞いの滝へたどり着くことができました。急な上り坂を、いくつか滝を見ながら20分程歩きました。

一番上まで行くと、右側の雌滝と左側の雄滝があり、きれいな流れを眺めました。マイナスイオンをたっぷり浴びながら癒されました。



雨乞いの滝 →

右側が雌滝
左側が雄滝です



スポレク

大塚スポーツパーク R1.12.1



昨年より遅い時期になりましたが、恒例の鳴門市障がい者スポーツレクリエーション大会に参加して



きました。隣のスタジアムでは徳島ヴォルティスがプレーオフを戦っており、スポーツパーク全体がにぎわっていました。



☆1月のレク予定☆

初詣レク

日時 → 1月4日(土)

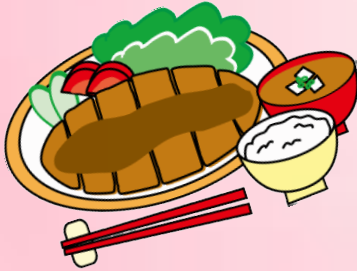
9時45分集合

行き先 → 大麻比古神社

昼食 → 山かつ

費用 → 1500円程度

✂️切り → 1月3日(金)



※大麻比古神社で新年の御挨拶をし、山かつで美味しいカツを食べて今年一年元気に過ごしましょう♪♪



ガラス細工レク

日時 → 1月25日(土)

9時集合

行き先 → 徳島ガラススタジオ

費用 → ガラス細工 1100円～

昼食 2000円程度

昼食 → バレンシーア

✂️切り → 1月22日(水)



※昼食は、徳島名物ハイテンション大盛りレストラン

《バレンシーア》に行きます☆

どんなメニューがあるのか、すごくワクワクしますね～～～(*^^)v

2020年 1月 行事予定表

日	月	火	水	木	金	土
★は予約が必要です。 問い合わせ(088-685-5524)			1 閉所日	2 閉所日	3 閉所日	4 ★初詣レク
5 閉所日	6	7	8	9	10	11 ★パソコン教室
12 閉所日	13 成人の日	14	15	16 ソフトバレ ー練習	17	18 ボードゲーム
19 閉所日	20	21	22	23	24	25 ★ガラス細エ レク
26 閉所日	27	28	29	30	31	

七草がゆを食べて1年の健康を祈りましょう！！

お正月の贅沢なお料理が続くと七草粥はあまりに質素すぎる料理に思えるかもしれませんが。しかし無病息災や胃を休めるといった大切な効果のある料理でもあります。ぜひ手作りの七草粥を作ってみてはいかがでしょうか。

次回発刊は4月です(*^^)v



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
Eメール: olivenoki@ca.pikara.ne.jp