

# バク通信

## 一三六号

令和二年八月十日発行

社会福祉法人「ゼノ」少年牧場

ゆめサポート・バク

福山市神辺町東中条73016

TEL (084) 960-2256

FAX (084) 960-2258

「施設周りの草刈りを行いました」

生活支援員 堀井 康臣

今年度よりファーム班で施設周りの環境整備で草刈りを行っています。

バクの東側の山は、自然あふれる環境で季節を直に感じる事が出来ます。来所された方にもそんな四季折々のバクを感じていただけたらとの思いで施設周辺の整備にも積極的に取り組んできたところです。

利用者のTさんは駐車場のアスファルトの切れ間に生えているガンコな草をきれいに取ってくれます。また、利用者のKさんは草刈り機を使用して刈りにくい熊笹もなんのその、バツサバツサと刈っていつてくれます。

そんな姿をみて草刈り一つとってみても、利用者さん一人一人が輝ける場所があるんだとしみじみ感じました。そんな輝ける場所を地域にも広げていければと思います。東中条地区での草刈りも承ってまいりますので、ぜひお声掛けください。

神辺町東中条地区の

# 草刈り承ります!

草刈りをする時間がない...困ったなあ...  
自分たちでは手に負えない...困ったなあ...  
そんなときはお任せください!

ご相談  
お見積り  
無料

作業料一人1時間 1,200円〜

ゆめサポート・バク  
営業部「ゆめはたけ」  
084-960-2256



「ふくふく市の販売を始めました」

生活支援員 福島 美香

今年例年より梅雨明けが遅く、夏本番が始まったばかりでまだまだ暑さに身体がついていけない日が続いています。皆様は健やかに過ごしていきましょう。

アルコジャーノでは、ジェラートを購入していただける場所が一つ増えます。FUKUYAMAふくふく市にて、ジェラートを購入することができるようになります。販売場所はエフピコアリーナふくやま(福山市総合体育館)に隣接する農産物直売所になります。毎日、地元生産者から届けられる新鮮な農産物や肉・魚、地元の素材を使用した加工品など様々な食品が購入できます。

ジェラートの味は二種類、瀬戸内産のレモンを使用したレモンジェラート、福山産とちおめを使用したストロベリージェラートの二種類となります。

今後も、福山の食材を使用したジェラートを少しずつ増やしていこうと思いますので是非ご利用いただければと思います。

ふくふく市にて曜日ごとにイベントなども行われているので、是非チェックしてみてください。



ぜひきてね!



▲ 期間限定の人気商品です!

「暑さにもコロナにも負けない活動を!」

生活支援員 若井 将史

暑さも一段と増してまいりましたが、みなさま如何お過ごしでしょうか。療育班では、活動提供として、七月頃より七夕・シャボン玉・散歩・創作活動(紙相撲・てるてる坊主作り等)を実施しています。利用者さんも、ようやくコロナウイルス感染防止策を講じた活動・作業を受け入れていただけてきた様子も感じられています。

しかし外での行事や、野外活動・プール利用等の活動が難しいのも実情です。そんな中でもコロナウイルスに負けず楽しい活動を提供できるよう今後は、創作活動でお化け作品を沢山作り、室内でおばけ屋敷を作つてやってみようか考えております。その様子は次回お伝えできればと思いますので楽しみに。



▲ 紙相撲に興味津々!

「整理整頓」

生活支援員 松浦 聡

神辺町湯野にウエス工場を新設して今年で八年目になります。毎年必要物品を購入していった結果、現在壊れて使えなくなった機械や物品が工場のあちらこちらに点在しています。利用者さんの人数も少しずつ増えていき、工場が狭く感じることも。そのため、今年ウエス班全員で少しずつ整理整頓をしています。「断捨離」ですね!

この取り組みを通じて、少しでも過ごしやすい環境が作れるよう、ウエス班一丸となって綺麗にしていきたいと思っております!

▼ 細かな所まで掃除!



「暑い夏を乗り切る献立」

副主任 木村 英信

暑さ厳しい毎日が続きますが、皆さん食欲は落ちてきてはいませんか?そんな暑さの中でも食べやすい献立を十人十色でご用意しています。中でも、おすすめは「きゅうりと長芋の梅肉和え」です。

きゅうりはカリウムを含み体内の水分と塩分を排出し、体温を下げ血圧を正常に保つ効果があります。長芋には体内の消化に関わる酵素、アミラーゼ(でんぷんを分解)が含まれているので、消化能力が低下する夏バテを予防するのにぴったりです。クエン酸が豊富な梅肉は疲労回復や血液をサラサラにする効果がたっぷりです。サッパリと食べることで体が軽くなるのが嬉しいですね。八月二十七日(木)の献立で、お弁当にも入りますので是非食べてみてください。

その他にも「オクラ」「ゴーヤ」「茄子」など旬の食材を使用した献立も用意しています。これらの食材を振り入れ、夏バテや熱中症予防に気をつけ夏を乗り切りましょう!



▲ 水分補給で暑さ対策

▲ 味付けもばっちり!

## 今後の予定

8月22日(土)

土曜開所

※行事予定表では「夏の行事」ですが  
コロナウイルスの影響で中止となりましたが  
今後は土曜開所で出来る活動を予定しています。

8月29日(土)

土曜開所

