



## 人事往来

4月からサポートセンターりりぶで皆さんと一緒に活動させていただきます。相談員の長尾です。出身が東部地区ではなく、知らないことが多くあるため熱海のおすすめスポットや美味しい食べ物等ありましたらぜひ教えてください！また趣味は寝る事なのですが、話が広がらないことに少し悩み始めており探し中です。皆さんの趣味や好きなことなどのお話を聞けたら嬉しいです。4月からよろしくお祈いします～！



## 令和6年3月活動報告

8日(金)、簡単調理にて「チキンライス」と「スープ」を作りました。3月に入っても少し寒い日が続いており、温かいスープを飲みたいと希望あったことと、味の素のCMでタレントの方が作っているスープが簡単で美味しそうとの話が出た為今回の調理で作ってみることにしました。

当日は7名分のチキンライスを作る為3名分と2名分を2回、それぞれのフライパンで分けて作りました。2名の利用者が手慣れた手付きでチキンライスを作ってくださいました。味の素のCMを真似て作ったスープはキャベツ、豆腐、卵が入り具沢山のスープになり、鶏がらスープの味が控えめでチキンライスと一緒に食べるととても美味しかったです。

チキンライスも具材がたっぷりだったので、皆さん「お腹がいっぱいになった」「美味しかった」との感想が聞かれました。



12日(火)の午後より卓球を行いました。今年度はほぼ毎月1回、憩いの場に卓球台を準備して卓球を楽しんでいました。開催する曜日は卓球希望者が多い火曜日か土曜日の午後の時間帯に行っています。まずは怪我がないよう皆でラジオ体操をして、身体をほぐしてからそれぞれのペースで卓球を楽しみます。

“継続は力なり”なのでしょうか、皆さん最初に始めた時より数段ラリーが続くようになり、いろいろな方との対戦を楽しみます。また、少し腕を上げた利用者の中には、サーブやラリーの途中で、球に回転を加えるという技を取り入れ各自技術の向上に取り組んでいるようです。来年度もまた続けて行ければと思っておりますので、是非興味のある方はご参加下さい。

