



## 令和5年5月活動報告



12日(金)、簡単調理にて「カレーライス」を作りました。

今回はメンバーさんから出来ればカレーライスに「サラダ」と「フルーツが入ったヨーグルト」付きでという希望があった為、300円以内で出来る献立を考えてみました。

カレーの中に入れるお肉を鶏肉にして「チキンカレー」にすることでメインの肉の値段が少し下がり、サラダとフルーツ入りのヨーグルトを付けることができました。

最初にカレーの材料切り(玉葱・人参・ジャガイモ・鶏肉)を皆で行なった後は、カレー作りとサラダ担当、ヨーグルトの盛り付け担当に分かれて行いました。

サラダ、フルーツ入りヨーグルト、ご飯を盛り付ける作業を男性のメンバーさんが行って下さいましたが、スタッフに「これでいい?」「この人の方が少し少ないよね」と何度も確認しながら慎重に全員へ均等にいきわたるよう配って下さいました。

出来上がったカレーは具材たっぷりのカレーになり、ささやかですがサラダとデザートフルーツ入りヨーグルトも食べることができ満足そうな様子でした。

17日(水)、長浜海浜公園にお出掛けをしてきました。長浜海浜公園は伊東線の伊豆多賀駅を下った国道沿いにある公園ですが、夏には海水浴場として多くの人が訪れたり、その他の時期は定期的にながはま特設市が開催されフリーマーケットや地場産品の販売など各イベントも行われたりと、とても賑わいがあります。

コロナの感染症対策も緩和されてきましたが、あまり人が多い日のお出かけは今回見合わせ、人出の少ない平日に行って来ました。当日は晴天に恵まれ、かねてからキャッチボールを行いたいと希望されていた方も参加し、公園内の芝生広場にてキャッチボールを行いました。スタッフが投げたフライを楽しそうに取っていました。フリスビーも行ったのですが、初めて挑戦したというメンバーさんがとても上手で、キャッチするスタッフの元に的確に投げていました。また、海浜公園内の散策も行い、砂浜にも行ってみました。砂浜で犬とのんびり散歩をする人や、天候も良かったため上半身裸で日光浴をしている人もおり、皆さんゆったりと過ごしていました。昼食は休憩スペースの「うみえ〜る長浜」で各自持参したお弁当を食べました。少し運動をした後のご飯は、外での解放感もありとても美味しかったです。帰路は長浜海浜公園から伊豆多賀駅まで急な上り坂を登るので心配していましたが、皆さん途中で休むと一気に疲れが出るからと休みなく登り、無事に伊豆多賀駅に到着しセンターに戻ってきました。



20日(土)午後ゲーム大会を開催しました。今回は将棋とトランプの2グループに分かれて行いました。将棋は1試合45分、1手は5分で待たなし、45分で勝負がつかない場合は引き分けというルールで行いました。皆さん真剣な表情で1手1手を指していました。トランプはババ抜きを行いました。「これがババだよ」と言ったり、カードを引かれるときにオーバーアクションをしたりして、相手を困惑させようとする方もおり、大いに盛り上がりました。その方は何故かそのあとのジジ抜きでも同様のことをしていました(ジジ抜きはどれがジョーカーにあたるのか最後までわかりません)。トランプゲームのあとは百人一首で坊主めくりを行いました。最後の最後に坊主の札を引いてしまい一発逆転といった展開もあり、これもまたワイワイ盛り上がりました。2グループともそれぞれ楽しい時間を過ごすことができましたと思います。