

# やすらぎニュース

Vol.52017.12 発行  
 就労継続支援B型事業所  
 やすらぎ工房  
 三木市志染町青山1-26  
 TEL:0794-85-9990  
 FAX:0794-60-4533  
 URL:<http://yasuragikoubou.main.jp>

## 特集『クローズアップやすらぎ☆』

早いもので、今年も1年を終えようとしています。今回のクローズアップやすらぎ☆では、“つながり”ということで、この1年やすらぎ工房の活動の中で、お世話になった行事や活動・皆様を振り返りたいと思います。

- ①ボランティアさんには、毎週やすらぎ工房の中での活動を助けてもらっています。作業のお手伝いもさることながら、作業や休憩時間を通してメンバーさんと楽しく交流していただくとともに外の風を爽やかにに入れていただいています。
- ②地域での活動としては、青山地域・緑が丘地域の公民館での夏祭り、文化祭に毎年お声がけをいただき、ゲームや自主製品を出店することで地域行事に参加させてもらいました。その他毎月11日にはイオン大村店でイエローレシートキャンペーンの街頭活動に参加させてもらい、レシート金額の1%の寄付活動にご協力いただきました。
- ③販売活動では、年2回夏と冬にはおそうめん・うどんの販売を行っており、ご購入いただいた金額の販売手数料を利用者さんの工賃に還元しており、購入にご協力いただきありがとうございました。

一年を通して、地域のたくさんの皆様に支えられ一年の活動を終えることができ、感謝感謝です。  
 本当にありがとうございました。どうぞ来年も、やすらぎ工房をよろしく願います。  
 今年は一段と寒い冬になりそうです。くれぐれも体調などお崩しになられぬようお気をつけてください。

よいお年をお迎えください(^\_^)

## しげおのカラフルマンガ



# お正月

## 緑が丘文化祭

10月15日(日)緑が丘文化祭に参加しました。雨の降る寒い日でしたが、やすらぎ工房は『棒入れゲーム』で出店☆  
 悪天候の中、沢山遊んでくれたお子さんたち、ありがとうございました(#^^#)



## ～島原うどんのお礼～

今年度の冬季島原うどんの売上額は、171,960円となりました。  
 販売手数料は利用者さんの工賃に還元させていただきます。ご理解・ご協力ありがとうございました。

## ヘルスステーション☆

インフルエンザが流行る季節になってきましたね("''") 各家庭で色々予防の方法はあると思いますが、皆さんはどんな予防をしていますか？我が家では、手洗い・うがい・消毒の定番の予防方法で乗り切っています☆

先日某テレビ番組で、インフルエンザには、ある食材を毎日食べるだけで、効き目が抜群！！という言葉を目にしました。その食材とは・・・「レンコン」！

と、いう訳で今回は、簡単なレンコンを使ったレシピを紹介したいと思います(\*'艸')

☆レンコンのしゃきしゃき炒め☆

\*材料\*

○レンコン10cm ○酢水800CCの水に大さじ1 ○ごま油

★しょうゆ大さじ2 ★砂糖、みりん、酒大さじ1 ○白ごま

\*作り方\*

1. レンコンを5ミリくらいにスライスして10分くらい酢水さらします
  2. 水分をしっかり切り、フライパンにごま油を熱し、レンコンを炒めます(中火で5分くらい)
  3. ★の調味料を入れ、強火でたれがからまるまで炒めます
  4. お好みで白ごまをかけて完成！！
- 美味しく、インフルエンザを撃退しましょう(^o^)/

## 青山文化祭

11月12日(日)晴天のなか、青山の文化祭に参加してきました。今年のゲームは、空気砲でタコ星人をやっつけろ！でした♪  
 でんじろう先生でおなじみの段ボールの空気砲を素人まんさいで手作りし、色々な表情のタコ星人をやっつけてもらいました(^o^)/  
 子供たちはみんな上手に空気砲を打ち、たくさんタコ星人をやっつけていました☆  
 また来年もよろしく願います<m(\_)\_m>



## 三木市スポーツ大会

10月21日(土)、季節はずれの台風が接近したため、大雨の中、出来立てほやほやの三木山総合公園総合体育館でスポーツ大会が行われました(^\_^)

つり競技、ざる引き、フライングディスクetc...力いっぱい頑張りました。風船割りの音がかなり大きくひびいて、びっくりどきどき!!

声援もいつもより大きくきこえました!(^^)!二階席からの家族の応援も近くにきこえてきました。午後からのパン食い競争やウルトラクイズも楽しかったです(^\_^) 第30回記念大会なので、参加賞が濡らすとスポーツ大会の字が出るタオルでした。大切に使いますね★



## 太郎のマンガコーナー

