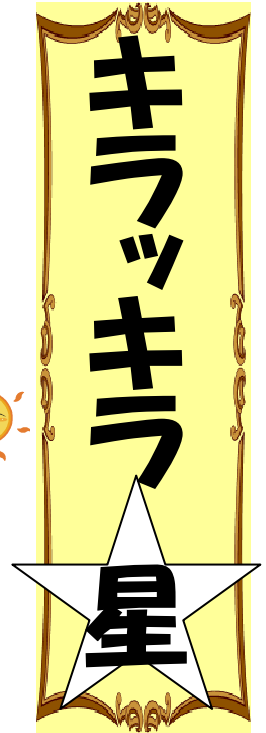


# 野菜、できました。

by ミルキーウェイ



プランターをちょっと大きくした  
 くらいの木箱から、立派な大根が  
 出来ました！奇跡の1本です。  
 左下の写真は、ミニ白菜です。  
 どちらもお部屋の皆さんで、美味しく  
 いただきました。



第8号



～目次～

- 1 ページ：表紙写真『野菜できました』・一日外出
- 2 ページ：一日外出・コラムその9
- 3 ページ：地域交流事業・コラムその10
- 4 ページ：年末年始のお知らせ・退職挨拶  
 定期開催・DEMからのお知らせ

# 一日外出！

秋は行楽のシーズン！ということで、各部屋ごとに、ひかりを飛び出して外出を楽しんできました。  
 5日間ともお天気に恵まれ、沢山の楽しい思い出ができました。

## ペガサス

日時：平成22年11月16日  
 行き先：八景島シーパラダイス



水槽清掃の方とパチリ。  
 沢山のおさかなや触れる  
 水槽を楽しみました。  
 (ナマコにも触ったよ♪)

白イルカにも触ったよ♪



## カシオペア

日時：平成22年9月28日  
 行き先：新江の島水族館



大水槽の前で、記念撮影  
 おさかないっばい！大迫力！！



# DEM



日時：平成22年11月5日  
行き先：東京ディズニーランド



気分はレーサー！  
飛ばすぜ！！



ジャングルクルーズ・ウエスタンリバー鉄道等、  
たくさんのアトラクションに乗りました！

## ミルクィーウェイ

日時：平成22年10月1日  
行き先：東京タワー

東京タワーの人気者、  
「ノッポン」と記念撮影



えーっと‘ひかり’は、  
たしか、あっちのほう…

## イエニックヌ

日時：平成22年10月26日  
行き先：ソレイユの丘

バーベキュー最高！！  
お肉・焼きそば、  
たくさん食べたよ。



チューチュートレインに  
も乗り、外の景色を  
楽しみました。



### リレーコラム その9

#### 私の好きな時間 岸谷 憲和

我が家にはチワワの姉妹がいます。仕事が終わって家に帰ると真っ先にお出迎えしてくれる姉妹。疲れを忘れさせてくれる存在であり、姉妹と戯れるのが今一番好きな時間。甘えん坊でわんぱくで、しつけも大変だけど、手がかかるほど可愛いものですね。天然系の妹は妻のシュシュがお気に入りらしい。この子達はいつも何を考えているんだろう？ 会話ができたら面白いのになあ～とぼやくのも好きな時間。いつまでもこの家族を大切にしたいと思う。



# 地域交流事業

## 東戸塚地区センター祭り

今年は模擬店販売の他、4つの「体験コーナー」を設け、普段ひかりの日中活動で行っている様々な活動を来所した皆さんに体験していただきました。

- クッキー作り体験 (DEM)
- キャンドル作り体験 (カシオペア)
- クラフトパンチ&カード製作 (ペガサス)
- 缶つぶし体験 (フェニックス)

それぞれ、先生役は利用者さん！沢山の方に来所いただき、交流することができました♪



クッキー作り体験



缶つぶし体験



思い思いにトッピング！

イベントの秋は各地でお祭りが目白押し！ひかりも「名瀬ケアプラザ祭り」「第33回戸塚ふれあい区民祭り」「戸塚ふれあい文化祭」に展示・出展しました。

### 名瀬ケアプラザ祭り

22年11月14日(日)  
名瀬ケアプラザにて、DEMのパン・クッキーの販売を行いました。



### 戸塚ふれあい文化祭

22年10月29日(金)～31日(日)  
戸塚地区センターにて、日中活動で作ったもの(絞り染めハンカチ・習字・キャンドル・かご等)を展示しました。



### 第33回戸塚ふれあい区民祭り

各地でご購入下さった皆さん、ありがとうございました。地域の方々との交流の機会が少しでも増えるよう、今後も様々なプログラムを企画していきます。どうぞ期待！



22年11月3日(水)  
東戸塚小学校にて、DEMのパン・クッキーやカシオペアのかご・キャンドルを販売しました。

#### リレーコラム その10

#### 私の好きな場所 中山 康二郎

私のお気に入りの場所は『自然』です。山、川、海、森などの大きな自然です。

5～10年前までは年に2～3回は3千メートル級の山に登っていました。富士山は意外と登りやすいので5回くらい登りました。登っている時は辛くても、頂上に着いた時の達成感は登った人でないと分かりません！山の頂から見る景色やご来光(日の出)は街の雑踏や日々の悩みなど全て忘れさせてくれます。

自然に触れ合うことは肉体的にも精神的にも鍛えられます。そんな自然に皆さんも触れ合ってみてはいかがでしょうか？



# 年末年始のお知らせ



★日中活動のお休み

12月29日(火)～1月3日(月)

★一時ケア及びビョートステイのお休み

12月31日(金)～1月3日(月)

(30日のビョートステイはご利用いただけます)

※緊急のご利用に関しては、この限りではありません。  
ご相談下さい。

連絡先：045-828-2820



# 退職ごあいさつ

ミルクィウェイの職員だった、富田忍さんが  
10月末日付けで退職されました。

「4年間お世話になったひかりを離れることになり寂しいですが、皆さんと過ごした日々を振り返ると楽しいことばかり思い出されます。これからは皆さんとの楽しかった思い出を大切にしていきたいと思います。

長い間お世話になりました、  
ありがとうございました。  
今度パン買いに行きまーす☆



# 定期開催

## ひかりの床屋

毎月第3火曜日 午後2時～6時(ひかり地域交流室)

小学生:1800円 中学生:2000円 高校生:2300円

※シャンプー無しの料金です。予約不要です

## おはなし会

毎月第3木曜日 14:00～14:20(おもちゃ文庫)

対象は未就学児とその親御さん。お隣川上保育園の先生による手遊びや絵本の読み聞かせなど。

申し込み不要です。

# 発売開始!

～DEMよりお知らせ～

昨年も冬季に販売し、好評いただいていた、DEMのクッキー「ココアボール」と「スノーボール」が今年も発売開始! 甘さひかえめ、口の中でサクッとほどける食感が楽しい1品です。

ぜひご賞味下さい。

1袋7個入り  
150円



発行者

# 東戸塚地域活動ホームひかり

広報担当

樋口・若杉・古谷田

〒244-0805

横浜市戸塚区川上町4-9

TEL: 045-828-2820

FAX: 045-825-3199

✉: sp7r6499@star.ocn.ne.jp

HP: http://www.y-hikari.jp



# 編集後記

今年も残りわずか。いろいろあった1年でした…来年もがんばります (コヤ)

食欲の秋から、食欲の冬へ継続中です。ジューパンのサイズが1つ増えた… (眼鏡)

毎年この時期になると、「今年目標って何だったっけ?」と思うのですが、覚えていた試しがない…来年こそはっ! (ワカ)

ホームページできました! 時々更新してま〜す♪