



自分たちで作った新聞です！

センターのホームページでも見れます



## 外出訓練日記

10月の外出訓練は、神代植物公園へいきました。前回の世田谷区から調布市まで、目的地を少し遠くに変えてみました。

昼食は深大寺のあたりで有名な手打ちそばをいただきました。「深水庵」というお店です。機会がありましたら行ってみてください。庭の石畳が紅葉に濡れてとても鮮やかでした。味は普通でした。

植物公園へ入ってダリア園や盆栽を眺めながら歩くと、今回の目的であるバラのフェスタが行われていました。植物公園の目玉にしているだけあって、約400品種5,200株のバラが一面に咲いている様は圧巻です。様々な色彩と香りに包まれていて、この世とは思えないくらいな体験でした。それぞれのバラの花の形も、5本の花びらを一輪の花として見せていることで「これがバラ？」と言いたくなるものもあれば、「The バラ」ともいふべき豪勢な形に容だられたものもあって、楽しく見る事ができました。

ところで、神代植物公園まで歩いていくと「深大寺」という寺がありますが、その語源である「深大」と「神代」について、何か関わりがあるのではないかなと思うかもしれません。なにか由々しき由来に彩られていそうですが、詳しくは、ネットで調べてみてください。—YOG—

# 活動内容

## 園芸メンバー募集中です！

はつか大根がすくすくと育っています。



クリスマスの飾り付けをしました！

皆さん喜んで見てくれました◎

10月のメニューは、「キーマカレー」、シーザードレッシングサラダ、梨のキャラメルソテー。



### 調理訓練

おいしそう！！

梨のキャラメルソテー  
材料は、梨、ミックスナッツ、バニラアイスです。



11月のメニューは、「ロールキャベツ」（和風味）、キノコの醤油炒め、バニラ・チーズケーキ。



## ☆新メンバー紹介☆

Q ⇒初めまして、Qです。趣味で簡単なスマホアプリを作っております。  
みなさん、こんなアプリが欲しい等のご意見がありましたら、一緒に作りましょう！

## メンバーから一言

OMEG：綺麗だった紅葉も終わり、ちょっと寂しいこの頃です。でも次はお正月。さ〜て、お正月は何して遊ぼう。／レオン：梨は甘さがちょうど良いか心配だった。けど、おいしかった!!／おでん：寒くなってきましたね。彼女が欲しい。彼女が欲しいです。／セキレイ：今年の気温は、暖かくなったり寒くなったりしたので気を付けます。／デメキン：「失われたものを数えるな。残されたものを考える。」をモットーに生きたい。／Kenny：今年は終わりです。来年も宜しくお願い致します。／ふく山雅治：園芸のクリスマスデコレーションをしました。／Green- Sleeves：May be the best year of my life YOG：天気も良く、2ヶ月楽しく活動出来ました。／PEACH：招き猫がかわいい豪徳寺へCOZY月曜日メンバーで行ってきました。／YOU：温泉にいきたかったなあ。

### ご意見 ご感想

皆様のご意見や読んだご感想などお聞かせください。参考にしてCOZYTIMESの内容を充実していきます。

東京リハビリテーションセンター世田谷 自立訓練

[setagaya.seijin@mt.strins.or.jp](mailto:setagaya.seijin@mt.strins.or.jp)



# 外出訓練日記

