

# みなくる〜

発行 どんとこい・みなみ

〒232-0033 横浜市南区中村町 4-270-3

TEL:045-264-2866 FAX:045-264-2966

URL <http://www.y-kyousei.or.jp/dontokoi/>

## Vol.48

# 平成30年2月号

**寒〜い日々ですが、**

**どんとこい・みなみは寒くても雪が降ってもがんばります！**

年が明けて、早くも2か月が経とうとしています。遅くなりましたが、本年もよろしくお願  
いいたします。

さて、今月号のみなくる〜は、「こどもダイニング」について特集を組みました！毎月地域の  
ボランティアさんにご協力してもらい、メニュー決めから調理までしていただいています。そん  
な裏方仕事を少しのぞいてみました！お越しいただいたことがある方も、興味はあるけど行こう  
か悩んでいた方にも様子をお伝えできればと思います。

最近あいさつ代わりに「寒いですね〜」を多用するくらい寒い日々ですが、風邪にもインフル  
エンザにも負けずにいきましょう！！

・・・ということで

## **インフルエンザ、大流行！！！！**

現在、インフルエンザが大変流行しています。

あらためて、インフルエンザの予防についておさらいしていきましょう！

※内閣官房新型インフルエンザ等対策室作成パンフレットより抜粋

感染の広がりを予防する一つの方法として、この感染が広がっていく経路を遮断することが必要です。  
そのために、手洗い、咳エチケットを行きましょう！

**手洗い**：ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着し  
ている可能性があります。外出先から帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに手を洗いまし  
ょう。

**咳エチケット**：咳やくしゃみが直接人にかからないようにカバーしましょう。

〈咳やくしゃみをするときは〉

- ・ティッシュなどで鼻と口を覆いましょう
- ・マスクを着用しましょう
- ・とっさの時は袖や上着の内側でおおきましょう
- ・周囲の人からなるべく離れましょう。
- ・こまめに手洗いをしましょう

熱があまりでないインフルエンザもあるようなので、不調を感じたら早めの受診をおすすめします。  
どんとこい・みなみをご利用の方は、ご利用2〜3日以内にインフルエンザになった場合には、ご連絡  
を下さいますよう、ご協力お願いいたします。

# こどもダイニング ~どんとこい食堂~

## ってどんなかんじ???

みなさん、どんとこい・みなみで毎月1回おこなっている、「こどもダイニング~どんとこい食堂~」をご存知ですか？どんとこい・みなみが企画をしていますが、メニュー決めや調理は地域のボランティアの方を中心にやっています。

1月26日（金）の様子を取材させていただきました！普段来ている方も知らない裏方の様子も見てきましたよ！

### こどもダイニング~どんとこい食堂~

時間は18:00~19:30、場所はどんとこい・みなみです。

費用は子ども100円（小学生）、大人300円（中学生以上）、就学前は無料。毎回限定100食です！！

●PM13:00 調理ボランティアさん集合！！100食分の調理開始。調理場所は、どんとこい・みなみの隣にある中村地区センターの調理室です。こんなに早くから準備が開始されるんですね～。

### 【ボランティアの方々に、インタビューしてみました】

季節のものを子供達にたべてもらいたくて、味も工夫しています。



どんとこい・みなみのパンにあうメニューにしています。

料理をつくるのが好きです。ほかにもボランティアをしていて、なにかの役にたてればとおもい、タウンニュースをみて、近所の人を誘い来るようになりました。

畑であまってしまう野菜でも、ここにもってくるとおいしい料理にしてくれます。

家庭でつくらないようなメニューは、献立の参考にしてもらえれば嬉しいです。

●この日のメニューは・・・

- ・どんとこいみなみのパン
- ・タラのオーロラソース添え
- ・きのこ汁
- ・にんじんシリシリ
- ・白菜サラダ
- ・デザート

メニューは毎月決めており、今月は何かなと期待が膨らみますね！どんとこいのパンは必ず毎月出てきます。

この日のメニュー、食べることに夢中になってしまい（笑）、写真を撮るのを忘れるという広報担当痛恨のミス・・・。とてもおいしかったです！気になる方はぜひ来月、お待ちしております。

●18:00、どんとこい食堂開始！！

どんとこい・みなみ正面玄関入ってすぐ、食堂前に受付があるので、そこでチケットを購入してもらい、食堂で料理を受け取り、食堂で食べるシステムです。食堂がいっぱいになるときは、奥の喫茶スペースも開放するので、食べる場所がないと困った際にはスタッフに言って下さいね～。



近所の方、みなみっころーむに遊びに来ている親子、どんとこい・みなみご利用の方・・・、いろんな人が来ています！誰がきてもOKなので、ぜひ一度食べにきてください。

《今後の開催日》

2月23日（金）

2月のメインメニューは  
「トック入り豚汁」  
を予定しています！

3月23日（金）

問合せ：  
地域生活支援センター南海  
(045-350-8112 担当:村山)



イベントなどなど・・・、何でもお知らせ

# お知らせコーナー

～こどものそだち、話しの場～ はぐどん

お子さんについて悩んでいること、どんな小さなことでも相談できる場、一緒に考える人がいる場として、どんとこいみなみで不定期に開催しています。一緒にお話するのは、どんとこいみなみで相談業務についている人です。

事前予約なし（費用もなし）、ふらっときてお茶でも飲みながら一緒にお子さんについてお話しませんか？

日時：平成30年3月14日（水）10:30～12:00 時間内に自由にお越し下さい

場所：どんとこい・みなみ

参加費は無料です。申し込み、問い合わせはどんとこい・みなみ（担当：飯高、佐野）まで

# ぽかぽか陽気に誘われて♪ 春もどんとこい～い!

寒い日々が続いていますが、皆さま体調はいかがでしょう？ぽかぽか暖かい春が待ち遠しいですね(\*^\_^\*)♪  
今年度も、春を存分に味わえるプログラムをご用意しました！たくさんのご応募、心よりお待ちしております！！

No	プログラム		対象	定員	日時(予定)	場所	費用
①	晴天	～のんびり横濱めぐり～ クルージング♪	身体または知的に障 がいのある 小学生～成人の方	4名程度	4月22日(日) 10:30～15:30	山下公園周辺	¥500
	雨天	～マクセルアクア パークへ行こう!				品川周辺	小・中学生:¥600 高校生・成人:¥1100
②	～夢の国～ ディズニーランドへ行こう!		身体または知的に障 がいのある 小学生～成人の方	4名程度	5月6日(日) 10:30～18:00	舞浜周辺	小学生:¥4800 中・高生:¥6400 成人:¥7400
③	～楽しく作ろう・おいしく食べよう～ どんとこいでクッキング♪ (カレー)		身体または知的に障 がいのある 小・中・高校生の方	4名程度	6月23日(土) 10:00～14:00	どんとこい・みなみ 食堂	¥500

注1) 対象はどんとこい・みなみに登録のある方のみとさせていただきます。

注2) ①は晴天時は公共交通機関、雨天時は車両利用となります。「体力上配慮が必要」な方や、主治医から「車椅子の乗車制限」等を受けている方のお申し込みはご相談ください。②は車両を利用しての外出を予定しています。荒天時は、中止または企画内容を変更させていただく場合があります。

注3) ②はチケット代の費用となっております。**5月2日(水)以降、体調不良等のご都合によりキャンセルされる場合、チケット(1デーパスポート。日付指定なし。1年間有効。小学生 4800円、中高生 6400円、成人 7400円)の買い取りをお願いいたします。**

注4) 活動報告書作成のため、余暇活動中に写真を撮らせていただきます。作成した活動報告書は、どんとこい・みなみに掲示させていただき、また同報告書は参加された方にお送りする予定です。撮影を希望されない方や、他参加者に報告書をお渡しすることに抵抗のある方は、遠慮なくお申し付けください。

注5) 飲み物は持参(水筒やペットボトル)、またはお金を持参していただきプログラム中の購入となります。お買いもの等をされる方は別途料金をご持参ください。

注6) ①、②においては参加費に食事代が含まれていません。**食事代は別途持参していただくこととなりますので、ご了承ください。**

**お申し込み期限 : 2018年3月9日(金)必着**

**抽選の結果 : 2018年3月23日(金)までに「当選した方のみ」郵送での発送・連絡とさせていただきます。**

**☆お申し込みは、下記「参加申込書」をファックス又は郵送にて\*\*どんとこい・みなみ\*\*まで送付ください。**

## <余暇支援活動事業 参加申込書> (FAX 045-264-2966)

参加者氏名	_____		所属(学校・作業所名等)	_____
住所	〒	_____	_____	
電話番号	_____			
希望コース	第1希望( _____ )		第2希望( _____ )	
備考	_____			

ご不明な点は「どんとこい余暇担当スタッフ(香月・高塚)までお問い合わせ下さい。

