



社会福祉法人新潟しなの福祉会
 地域生活支援センター「ふらっと」
 〒951-8142
 新潟市中央区関屋大川前1丁目2番28号
 TEL 025(265)5958 FAX 025(265)5948
 相談専用 TEL 025(265)5957
 E-Mail : furatto@chive.ocn.ne.jp
 URL: <http://www.shinano-niigata.sakura.ne.jp/>

● ● ● 10月 ふらっと予定 ● ● ●

●茶話会・昼食会・・・	感染症予防のため、 お休み とさせていただきます。
●テイクアウトができる お店を知ろう！・・・	①10月16日(金) ②10月28日(水) 詳細は下記をご覧ください。

テイクアウトができるお店を知ろう！



「たまには外食したいな」「でも外出はちょっと怖い…」

そう思っている皆さん、新潟市にはお店に行かなくてもおいしい料理を食べられるお店がたくさんあります！ふらっとでは下記の日程でテイクアウトランチを予定しています。興味のある方は、3密を避けながらテイクアウトランチを体験してみませんか？ご不明な点はふらっとまでお問い合わせください。

①	10月16日(金)	旬菜ダイニング三華	参加費：各メニューの代金	定員 5名
	※ふらっと内にメニュー表を掲示してあります。 お申し込み時、又は締め切りまでに注文するメニューを決めて代金をお支払いください。			
②	10月28日(水)	たけうち画廊『La Boutique Du BENTO』	参加費：お弁当代 600円	定員 5名
	※メニューは当日のお楽しみ（ご飯が主食のお弁当）。申し込み方法は①と同様です。			
申し込み締切：前日の12時まで				
代金支払い後のメニュー変更はできません。締め切り後の返金もできませんので、ご了承ください。				

— ふらっとのご利用について —

日頃より感染症対策にご協力いただき、ありがとうございます。

皆様に安心してご利用いただくために、以下の点におきまして引き続きご理解、ご協力をお願いします。

- ◎利用時間: **10:00~17:00** ※長時間の利用はお控えください。 ◎受付時の検温 ◎マスクの着用
- ◎手洗い・消毒 ◎発熱・風邪症状のある方はご利用をお控えいただくようお願いいたします。

秋 と言えば…?

朝晩は涼しくなり、季節はすっかり秋ですね。
今回は、ふらっとの皆さんに「秋」のイメージを
インタビューしてみました！

芸術の秋

N・A

寿司が食べたい。

K・K

虫の音がきれいな時期

しゃぶしゃぶが食べたい時期

手帳に悩む時期

名無しのごんべ

食欲の秋ということで、ついつい食べ過ぎてしまいますが、運動も欠かさないようにしていきたいです。

匿名



虫の音

H



季節の変化とともに自分自身の変化を期待しつつ、いい秋を過ごせたらいいな。

きぼう

食欲の秋。栗づくしのメニューが食べたい。特に栗ごはん、モンブラン。

Mくん

ヘチマたわしを作りました

今年はヘチマのグリーンカーテンに挑戦したふらっと園芸部。小学生の頃に授業やお家で育てたことがある方も多いのではないのでしょうか？今回は収穫できたヘチマ（1本でした…）を、たわしにしてみました。ヘチマをお鍋で煮ること30分、予想していたよりもふかふかの立派なスポンジが出来上がり～。乾かすと程よい硬さになりました！



完成☆

【ヘチマたわしの活用法】

食器用スポンジ

顔・体用スポンジ

鍋やシンクの汚れとり 等



それぞれの「秋」

暑くて長かった夏もようやく終わり、過ごしやすい季節になりましたね。今月号では「秋と言えば…」をテーマに皆さんにインタビューをしました。協力していただいた皆さん、ありがとうございました！

皆さんのいろいろな秋を聞きながら私自身はどうかと考えてみました。これまでであれば間違いなく「食欲の秋！」と答えたのですが、今年は「読書の秋」でしょうか。外出自粛により、休日には家で読書をするようになりました。今は自宅にある本を読み返しているだけですが、図書館にも行きたいなあ～と思っています。皆さんのおすすめの本があればぜひ教えてください。（ホラー系以外でお願いします…）

さて、世の中では新しい生活様式に対応していこうと様々な取り組みがなされています。ふらっとでは「テイクアウトができるお店を知ろう！」ということでテイクアウトランチを予定しています。お店に行かなくてもおいしい料理が食べられるのはとっても魅力的です。やっぱり食べることが大好きな私は「食欲と読書の秋」というのが一番ピッタリかもしれません(笑)企画については表面をご覧ください。

おおかわら

