

ほっとしター

ほっと
ねっと
NPO
法人

内容紹介

- 1 ... ねっとハウス「くろーばー」
ハンバーガー🍔を楽しんだり、花火を楽しみました♪
- 2 ... ねっとハウス「くろーばー」 / ほっとパートナー
テイクアウトや外食を楽しみました / 夏バテ効果のある食材
- 3 ... すけっと工房
そうめん流し、お好み焼き屋に行きました
- 4 ... ひだま里
手作りの流しそうめん♪せせらぎ亭で魚釣りも楽しめました
- 5 ... 口 笛
BBQ、そうめん、お好み焼きレクを楽しみました
- 6 ... エンディングサポート / ピア人材バンク
お盆供養 / ピアサポーター活動報告🌈
- 7 ... サロン（かめかめサロン）
冷麺を作って食べました



2025年 10月号
発行者：NPO 法人ほっとねっと
<http://hotnet.or.jp>

「ねっとハウス「くろーばー」」



ゆうすず
夕涼み会

はなび
花火



やっぱり、^{はなび}花火がええなー
^{だいぜっさん}と大絶賛！（あさなぎ）



たんぽぽ、すずらん2 ^{ひるがいしょく}それぞれ、お昼外食でマク
ドナルドに行きました♪
^{きかんげんてい}期間限定のハンバーガー
やジュースを飲んで^{たの}楽
しました。

あいゆーの^あ空き地^ちで^{のうりようかい}納涼会をしました。
とても^{おお}大きいスイカを^き切り^わ分けてみんな
で^た食べたり、キンキンに^ひ冷えたジュースや
お茶を^{ちや}飲んだりしました🍉
^{ても}手持ち^{はなび}花火も^{たの}楽しみ、^{さいご}最後にミニ^う打ち^あ上げ
^{はなび}花火も^{たの}楽しみました。
^{べつ}別の^ひ日^{はなび}で、あさなぎも^{はなび}花火を
ゆっくり^あ楽しめたそうです！



まつやま ちく
松山地区
のうりよう
納涼レク



^{せいかつりょくすいしんいんかい}生活力推進委員会を開催しました。
^{にゅうよく}グループホームで^{しかん}入浴の^{こま}時間に困
っていることをみんなで^{そうだん}相談したり、
^{げんかん}玄関の^や屋根^なが無いので、^{あめ}雨の^ひ日は
^{すべ}滑って^{あぶ}危ないところがあることを
^{ほうこく}報告しました。^{あぶ}危ないところを^{ほうじん}法人
で^{たいおう}対応してもらえるように^{いけん}意見を出
しました。



テイクアウトレク

まちにまちべんとう
待ちに待ったお弁当です。
「美味しい」の一言です。



あさなぎ



ぬくもりでは

お寿司を食べに行きました。

好きな寿司やラーメンを

注文して楽しみました



ほっとパートナー

まだまだ暑い日が続いていますが、いかがお過ごしでしょうか・・・

今回は夏バテに効果のある食材のお話です。

〈 豚肉・夏野菜・果物・梅干し・豆腐 〉



- ・豚肉、ビタミンB1が豊富で、エネルギー代謝を助け疲労回復に効果的です。
- ・夏野菜、キュウリ・トマト・なすなどの夏野菜は水分が多くカリウムも豊富です。
- ・果物、スイカやメロンなどの果物は、約90%が水分で、水分補給と同時にビタミンやミネラルも摂取できます。
- ・梅干し、クエン酸が含まれており、疲労回復や食欲増進に効果があります。
- ・豆腐、たんぱく質が豊富で、消化が良く、夏バテ時期にも食べやすい食材です。

※皆さんお体に気を付け、無理をなさらないようお過ごしください。

[すけっと工房]

ようす レクの様子

7月は砥部の『坪内家』にてそうめん流しレクを行いました。山で冷たいそうめんを食べて夏らしさを満喫しました。



8月は『平和』にてお好み焼きレクを行いました。広島風お好み焼きや、焼きそばを自分で焼いてお腹いっぱい食べて、皆さん満足されていました。

8月は口笛との合同レクでそうめん・かき氷レクも行いました。冷たいそうめんとかき氷を美味しくいただきました。



9月は芋炊きレクを行いました。すけっと工房内で皆で分担して調理をして、美味しい芋炊きが出来上がりました。



さぎょう ようす 作業の様子



[ひだまり]



7月のレクは焼肉です!!

野外でBBQは猛暑の為断念しましたが・・・。

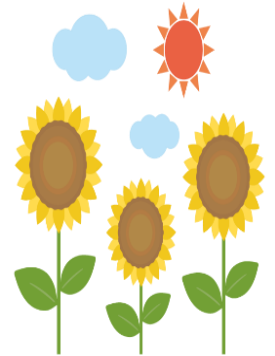
思わず立ち食いになっている姿にほっこりしました。

8月のレクはそうめん流し!!

竹で手作りしたそうめん流しは格別に

お腹いっぱいになりました。夏野菜も

一緒に流して夏を楽しみました。



9月はリクエストのせせらぎ亭へ♪

暑い中ではありましたが、釣れた魚で

お昼は定食を食べました。久しぶりの

川魚も美味しかった!!と喜ばれていました。



がつ もり バーベキュー
7月 マテラの森でBBQレク

がつ もり
7月はマテラの森で
バーベキュー たの
BBQを楽しみました。
しつない す
室内で過ごせ、たくさん
にく いただ
お肉を 頂 きました。



がつ こおり
8月 そうめん・かき氷レク

がつ じゅんぴ
8月はみんなでそうめんを準備し
いただ さいご こおり たの
頂きました。最後にかき氷 も楽し
みました。



がつ この や
9月 お好み焼きレク

がつ あつ しょうない
9月はまだまだ暑いですが、所内でお
この や たの つく いただ
好み焼きを楽しく作って 頂 きました。



エンディングサポート事業^{じぎょう}



令和7年8月16日にお盆^{ぼん}供養^{くよう}を執^とり行^{おこな}いました。供養^{くよう}当日^{とうじつ}は猛暑^{もうしょ}の中^{なか}ではありますが故人^{こじん}へ思い^{おも}いをはせることができました。



法人^{ほうじん}では平成29年度^{へいせいねんど}、松山市鷺谷^{まつやましきぎたに}に共同墓地^{きょうどうぼち}「やすらぎ」を建立^{こんりゅう}しました。令和7年8月^{れいわねん}現在^{がげんざい}、21名^{めい}の方が契約^{けいやく}をされ、うち6名^{めい}の方が入墓^{にゅうぼ}されています。

ピア人材バンク事業^{じんざい じぎょう}

コロナ禍^かで中止^{ちゅうし}になっていた、和^{なごみ}ホスピタルOT活動^{かつどう}への松山市ピアサポーター^{まつやまし}の参加^{さんか}が再開^{さいかい}しました！

今回は、活動^{かつどう}へ参加^{さんか}している2名^{めい}の松山市ピアサポーター^{まつやまし}へお話を伺^{はなし}いました。



井出^{いで}さん

和^{なごみ}ホスピタルの患者^{かんじゃ}さんが退院^{たいいん}できるように、患者^{かんじゃ}さんの力^{ちから}になれるように頑張^{がんば}りたいです。

田口^{たぐち}さん

私の情熱^{じょうねつ}のモトは、皆^{みな}さんの心^{こころ}を楽^{らく}にすることです。なんでも話^{はな}しかけてください。



[サロン事業]

ほうじょう 北条 かめかめサロン

あつ あつ なつ いえ れいめん た きかい わだい
暑い暑い夏！家で冷麺を食べる機会がないと話題になったので、サロン
れいめん つく
で冷麺を作りました。キュウリやハムを手分けして切り、めん ゆがいて盛
り付けました。「今年初めての冷麺！」「うまいわい！」と自分たちで作った
れいめん したつつみ う
冷麺に舌鼓を打ちました。

サロンはどなたでも参加 頂 けます！お気軽にご連絡ください。

TEL:089-993-4733 (担当：武田)



く めくぼだしむしょ

久米窪田事務所 〒791-1101 愛媛県松山市久米窪田町897-7

●ねっとハウス「くろーばー」久米

TEL : 089-975-9616 FAX : 089-907-8930

こさかじむしょ

小坂事務所

えひめけんまつやましこさか ちょうめ

〒790-0963 愛媛県松山市小坂2丁目2-20

●ヘルパーステーション「ほっとパートナー」

TEL : 089-997-7307 FAX : 089-997-7308

●就労継続支援B型事業所「すけっと工房」

TEL : 089-932-4212 FAX : 089-997-7308

●相談支援事業所 ほっとねっと

TEL : 089-907-8030 FAX : 089-907-8050

●自立生活援助事業所 ほっとねっと

TEL : 089-907-8030 FAX : 089-907-8050

●法人事務局

TEL : 089-997-7307 FAX : 089-997-7308

ほうじょうじむしょ

北条事務所

えひめけんまつやましどとうち

〒799-2432 愛媛県松山市土手内121-12

●ねっとハウス 「くろーばー」北条

TEL : 089-992-1388 FAX : 089-989-0202

●就労継続支援B型事業所「ひだまり」

TEL : 089-993-4733 FAX : 089-989-0202

いしいじむしょ

石井事務所

えひめけんまつやましひがしいしい ちょうめ

〒790-0932 愛媛県松山市東石井5丁目3-13

●就労継続支援B型事業所「口笛」

TEL : 089-905-0579 FAX : 089-907-0523

