

【料理・実験】寄せ鍋・水炊き・イチゴのショートケーキ

2021年お疲れ様会&クリスマス会を開催しました！鶏肉たっぷりの水炊き、牡蠣と鮭が入った寄せ鍋、大きなイチゴがのったショートケーキ♪アップドゥ就労移行の仲間で協力し合いながら美味しい楽しいひと時を過ごすことが出来ました♪



【感想】

2021年はコロナ禍の影響で職場見学や体験など外出が出来ない状態でした。イベントを企画・実行することで得る調査力や行動力、集団行動で学ぶ協調性などが学べる場が少なかったように思えます。2021年は窮屈な一年でしたが今年は慎重な行動をしながら楽しく経験を積んでいきたいと思ひます。「2021年お疲れ様会」はとても楽しくて美味しい一年の締めくくりになりました♪(訓練生一同)

障がい者支援センター アップドゥぎのわん (就労移行/継続A型/B型/定着支援)

住所：〒901-2224 沖縄県宜野湾市真志喜2丁目4番3M'sビル 3F

TEL/FAX：098-943-5357/098-943-5358

就労移行：098-988-8776 E-mail：info@appdu.jp

アップドゥぎのわんでは現在、訓練生募集中です！

見学・体験も出来ますので、ご希望の方はお気軽にご連絡ください。



障がい者支援センター アップドゥぎのわん月刊広報

APPDU!DO!

広報誌「APPDU!DO!」は訓練生が制作する、アップドゥぎのわんの情報をまとめた広報誌です。

2022年1月号



【今月のDO】家族とドライブが目標です

【雑学】お正月のいろいろな雑学

【おススメ書籍】「クモの巣ハンドブック」 文一総合出版

【畑でDO】しっかり育てあげます！

【料理・実験】寄せ鍋・水炊き・イチゴのショートケーキ

目次

【今月のDO】家族とドライブが目標です



私は現在、運転免許取得に向け10月から自動車学校に通っています。11月中旬に自動車学校で第一段階の修了検定試験を受けました。最初に試験を受けたのは技能検定です。私は、第一段階の技能で指導員から教わったことを活かして検定員の指示に従いながら運転をすることができ合格することが出来ました。次に学科試験です。学科試験

問題集とパソコン効果測定を中心に自主学習をして本番に挑みました。結果は不合格でした。なぜかと考えてみたら学科教本を隅々まで読んでいなかったことが原因でした。次回の仮免学科試験日までに学科教本を中心に勉強をして、11月後半に再挑戦しました。その結果、無事合格しました。すぐに家族に連絡し「合格したよ」と報告したら、「おめでとう。良かった。よく頑張ったね。」と喜んでいました。私は今、免許取得に向けて技能と学科に一生懸命取り組んでいます。免許を取得できたら家族とドライブに行きたいです。(訓練生 K)

【雑学】お正月のいろいろな雑学

- ①. 1月1日は「元日」です。「元旦」とは元日の朝のことです。
- ②. お正月に初詣に行きますが、昔の考えではお正月は神様に来てもらうものでした。初詣に行くようになったのは、鉄道会社がお正月に鉄道を使って出かけてもらうために沿線にある神社仏閣を宣伝したからだといわれています。
- ③. 「一富士二鷹三茄子」は初夢に見ると縁起がいいとされています。これにはつづきがあり「四扇五煙草六座頭」とあります。縁起がいい理由は、1. 富士は富士山が日本一の山であること。富士＝無事と掛かっている。2. 鷹は高く飛ぶので縁起がいい。3. 茄子は「事を成す」と掛けている。4. 扇は形が末広がりだから。5. 煙草は煙が上にのぼっていくから。6. 座頭は頭の毛を剃っているから「毛がない」と「ケガがない」と掛けたもの。みなさんはどんな初夢でしたか？ (訓練生 I)



【おススメ書籍】「クモの巣ハンドブック」 文一総合出版



皆さんはクモの糸がどのような物なのか？また、クモは一体どのような用途で糸を使うのか？というような疑問にぶち当たったことはないでしょうか？そんな人達におすすめの本があります！今回ご紹介したい本の名前は「クモの巣ハンドブック」と言う本でございます。この本はとにかくクモの巣に注目した作品になっていて、例えばクモの巣には種類があり「獲物を捕まえることに特化した巣」や「身を守ることに特化した巣」など様々な環境に合わせた個性あふれるクモの巣を見ることが出来ます。例えばジョロウグモは大きく幅広い巣を作ることで活動できるテリトリーを広げ餌の確保や生存率を上げるような巣の作り方をしていたりします。大きな巣を作ることで他のクモが捕らえることの出来ないようなより大きな獲物を捕らえることも出来ます。この本では日本に暮らす多種多様なクモの巣が見られる本なので皆さんも読んでみてはいかがでしょうか？(訓練生 A)

皆さんはクモの糸がどのような物なのか？また、クモは一体どのような用途で糸を使うのか？というような疑問にぶち当たったことはないでしょうか？そんな人達におすすめの本があります！今回ご紹介したい本の名前は「クモの巣ハンドブック」と言う本でございます。この本はとにかくクモの巣に注目した作品になっていて、例えばクモの巣には種類があり「獲物を捕まえることに特化した巣」や「身を守ることに特化した巣」など様々な環境に合わせた個性あふれるクモの巣を見ることが出来ます。例えばジョロウグモは大きく幅広い巣を作ることで活動できるテリトリーを広げ餌の確保や生存率を上げるような巣の作り方をしていたりします。大きな巣を作ることで他のクモが捕らえることの出来ないようなより大きな獲物を捕らえることも出来ます。この本では日本に暮らす多種多様なクモの巣が見られる本なので皆さんも読んでみてはいかがでしょうか？(訓練生 A)

【畑でDO】しっかり育てあげます！



あけましておめでとうございます。2022年、初めの畑の記事は伊佐の畑をレポートします。今、伊佐の畑では沢山の野菜を育てています。種類はレタス、キャベツ、ブロッコリー、ししとう、ネギです。これらの野菜は順調に育っています。皆さんの食卓に並ぶ日までしっかり愛情を込めて育てていきたいとおもっています。今回は野菜の収穫が終わった畑の土を一新しました。総勢10名ほどで土を搬入し肥料をまぜて、土の様子をみて「うね」を作りました。そこにはレタス、ネギなどが植えられています。今回もきっとおいしい野菜が育つに違いないと思っています。手間ひまかけた野菜が収穫できる日を、今から楽しみにしています。しっかり育てて、売れる日を楽しみにしています。きっと美味しいことまちがいないし！お楽しみにー。以上、伊佐の畑からでした。(訓練生 D)

あけましておめでとうございます。2022年、初めの畑の記事は伊佐の畑をレポートします。今、伊佐の畑では沢山の野菜を育てています。種類はレタス、キャベツ、ブロッコリー、ししとう、ネギです。これらの野菜は順調に育っています。皆さんの食卓に並ぶ日までしっかり愛情を込めて育てていきたいとおもっています。今回は野菜の収穫が終わった畑の土を一新しました。総勢10名ほどで土を搬入し肥料をまぜて、土の様子をみて「うね」を作りました。そこにはレタス、ネギなどが植えられています。今回もきっとおいしい野菜が育つに違いないと思っています。手間ひまかけた野菜が収穫できる日を、今から楽しみにしています。しっかり育てて、売れる日を楽しみにしています。きっと美味しいことまちがいないし！お楽しみにー。以上、伊佐の畑からでした。(訓練生 D)



★これまでの就職先

- ・JA おきなわ(集荷業務)・メイクマン(品出し業務)・琉球大学(総務)・ドット・林・テ(販売/品出し業務)
- ・宜野湾記念病院(介護補助)・福寿園(介護補助)・デイサービスおれんじ(介護補助)

★サーティファイ合格者数(令和3年12月現在)

- ・ワード 1級(4名)・2級(10名)・3級(24名)
- ・エクセル 1級(6名)・2級(8名)・3級(21名)

