

ポチ袋を作成しました

今回おむねっとで初めてオリジナルのポチ袋を作ってみました。

デザインは、忍者シリーズ (7枚入り)、男の子シリーズ (5枚入り)、女の子シリーズ (5枚入り)、動物シリーズ (5枚入り)、縁起物シリーズ (7枚入り)、シンプルシリーズ (7枚入り) の全6シリーズです。販売価格は各 120 円 (税込) になっております。

初の試みですがおむねっとメンバーが気合いを入れてデザインしたので、お子さんやお孫さんへのお年玉を入れるために使ってくださいと嬉しいです。

予約開始は 10 月頃からとなる予定で、11 月頃発売予定となっておりますのでよろしければ是非ご予約をお願いします。

(記事: AYM)



パラスポーツについて

皆さんはパラスポーツについてどのくらい知っていますか？パラスポーツは以前まで「障害者スポーツ」と呼ばれていましたが、2021年3月に福祉やリハビリのためのスポーツというイメージを変えようと、日本障がい者スポーツ協会（現「日本パラスポーツ協会」）が呼び方を「パラスポーツ」に統一しました。

パラスポーツは「一般のスポーツをベースに、障害の種類や程度に応じてルールなどを工夫しているスポーツ」「障害のある人のために考案されたスポーツ」「障害の有無に関係なく、ともに楽しめるスポーツ」の3つに大きく分けられます。今回は二つ目の障害のある人のために考案されたスポーツをご紹介します。

パラリンピック特有の種目「ゴールボール」は視覚に障害のある選手が行う球技です。鈴の入ったボールを投げ合い、味方ゴールを守りながら相手ゴールにボールを入れて得点を競います。選手全員が視野や視力といった障害の程度の差が出ないようにアイシェード（目隠し）をつけて行われます。選手はボールに入った鈴の音と審判員のコールなどを頼りにプレーする為、プレー中は声や音を出すことはNGです。バスケットボールと同じ大きさで2倍の重さのあるボールを攻撃では起き上がって投球し、守備では寝転がり万歳の格好で時速 50 キロにもなるボールを阻止する様は「静寂の中の格闘技」と呼ばれています。

他にもブラインドフットボールやボッチャなど、注目のパラスポーツは沢山あります。地域でパラスポーツの体験会を設けている事もありますので、調べてみると良いかもしれませんね。

(記事: neko)

2023年カレンダー発売決定!!

日頃より印刷工房おむねっとをご利用いただきありがとうございます。

2023年カレンダーの発売が決定しました。今回もOm-netメンバー一同気合いをいれて描いたイラストが掲載された、オリジナル作品となっています。種類と価格ですが、税込価格で卓上サイズ650円、A3サイズ950円、A2サイズ1,350円となっています。

発売日は11月頃を予定しており、決まり次第お知らせ致しますので、楽しみに待っててください。
(記事：茶々)



秋の味覚簡単レシピ

秋の簡単デザートとほっこり栗の香り、簡単栗ご飯のレシピをご紹介します。

秋の簡単デザート

材料 (3~4人分)

さつまいも 小1本、りんご 1/2個
柿 1個、クリームチーズ 50グラム、シナモン お好みで

作り方

- 1 さつまいもを蒸す。(レンジで600W 4分チンでも大丈夫!)
- 2 すべての材料を1センチ角に切る。りんごは塩水に漬ける。
- 3 すべての材料を混ぜて出来上がり!
- 4 お好みでシナモンを振りかけても美味しいです。

参考URL <https://cookpad.com/recipe/5270884>



栗ご飯のレシピ

材料 (2合分)

米 2合、むき甘栗 100g、酒 大さじ2、塩 小さじ1
しょうゆ 小さじ1、水 2カップ

作り方

- 1 お米を洗って調味料を入れる。最後に甘栗を入れてスイッチオン!
- 2 炊けて混ぜる時に甘栗がちょうどよくほろっと崩れてくれます。

どれも簡単に作れるレシピなので、是非作ってご賞味ください!

参考URL <https://cookpad.com/recipe/1972615>



(記事：S.K)

(* ˘ 艸 ˘) 編集後記 (* ' ω ' *)

- ・おむねっと初の試みのポチ袋。どうなるのか楽しみです。筆者はまだ欲しい年齢です。(AYM)
- ・おむねっとでは土曜プログラムでポッチャをすることがあります。結構白熱して楽しいです。(neko)
- ・お風呂上がりにストレッチをしています。痩せるかなあ・・・(茶々)
- ・様々な秋の味覚を使ったレシピについて、調べられたのは良かったです! (S.K)

☆お問い合わせ・見学のご相談等は、こちらへお気軽にどうぞ!

就労支援センター
Om-net
おむ・ねっと

社会福祉法人 せらび
所在地: 〒066-0027
TEL: 0123-25-6539
FAX: 0123-25-6613

就労支援センター Om-net(おむ・ねっと)
北海道千歳市末広4丁目1番13号
e-mail: om-net1363@therap.or.jp
Web: <http://www.therap.or.jp/omnet>

