

izumiだより NO.7

お気軽にご連絡ください！お待ちしております♪
TEL :0948(82)4491



バスツアー in 熊本

『熊本へバスツアーで行きました！
ツアーは、菊池渓谷・メロン狩り・熊本ワイン試飲&ショッピング・城影苑でした。
城影苑では、クーポン片手に全13施設から選べる食べ歩き！馬肉メンチカツや天草塩ソフトなど熊本の食文化が楽しめました。
時間があまりなかったのですが、せっかく近くまで来たのだから！ということで、熊本城にも行ってみました★
1日で熊本県のいろんなスポットがまわられて、楽しかったです♪』



バーベキュー

『毎年恒例のBASARA法人全体でのバーベキュー！
私たちizumiが買い出し担当だったので、美味しいそうなお肉を一生懸命に探しました！
他の事業所の皆さんとも交流でき、楽しかったです。じゃんけん大会では、お菓子が当たりましたー！！』



夕食サークル

『今回は居酒屋さんの“さんま”に行きました★
お酒の種類が豊富で、いろいろ飲んでみました！
いちごミルクやブルーハワイと、色もカラフルで見た目も楽しかったです。みんなと分け合いながら、いろんなものが食べることができ、最高でした(^o^)
初めて居酒屋に行ったメンバーもいて、居酒屋に行けて良かったです。』



アートサークル inあるあるcity

『今月のアートサークルでは、展覧会へ行きました。今回は宇宙兄弟展です★
『作者・小山宙哉直さんの原画が約200点展示されていました。
販売コーナーは宇宙食もあり、初めて見ることができ、おもしろかったです。』



創作活動

～好きなことや得意なことにも取り組んでいます！～



いろんなプラバンを作ってきたので、上達しました！！



たまごピザ



パン作り

残り物のたまごを使って、たまごピザを作りました★
ピザの生地の作り方は、No.4で紹介した、パン生地の作り方と同じです。簡単に作れるので、ぜひ作ってみてください♪

ホワイトシチュー・はんぺんの大葉巻き焼き・ハムと大根のガーリックサラダ



寒くなってきたので、からだを温まるホワイトシチューを作りました！

健康活動

『週に1回程度、izumiの和室の部屋で行っています。主にヨガ・ストレッチ・ダンスなどをしていて、その日の参加メンバーで内容を決めます♪
ヨガとストレッチは本を見ながら、ダンスはDVDを見ながら行っています。
ダンスはTRFの「イージー・ドゥ・ダンスサイズ」やAKB48の「フォーチュンクッキー」を行っています。
興味のある方は是非参加してみてください！』



広報活動

izumiだよりも、今回でNo.7となりました。広報活動では、写真撮影・文字起こし・PC入力を行っています。
今年もあと1ヶ月。来月は、クリスマス会や忘年会など、イベントが盛りだくさん！来月のizumiだよりもお楽しみに★

地域活動支援センター

* 1日の流れ *

- 10:00～ 午前活動
- 12:00 休憩
- 13:00～ 午後活動

それぞれが好きな活動に、参加しています。活動に参加せずに、ゆっくり読書をする方も♪

- 橙＝サークル活動で、外部の方も一緒に活動しています。
- 紫＝主に、izumiを利用されている方たちが参加して行われる活動です。
- 青＝izumiで創作したものをアップしています。