

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



菊池 渓谷

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・城彩苑**でした。
城彩苑では、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。他**の事業所の皆さんとも交流でき、楽しかったです。**
他の事業所の皆さんとも交流でき、楽しかったです。他**の事業所の皆さんとも交流でき、楽しかったです。**
他の事業所の皆さんとも交流でき、楽しかったです。他**の事業所の皆さんとも交流でき、楽しかったです。**』



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。