

第20回 心いきいき芸術・文化祭

第20回 心いきいき芸術・文化祭には、10名の利用者様が作品を出展しました。

今年は、会場にみんなで見に行くことはできませんでしたが、「ひざ掛け」を出展した利用者様が奨励賞を受賞することが出来ました。あざやかなピンク色で、寒い冬も明るく過ごせそうなひざ掛けだと思います。受賞、おめでとうございます。

また、出展作品は、ひとりひとり、思いを込めて、大切に作った作品ですので、なごみ通信で皆さんにご覧いただけたらと思います。



お話を聞こう会

瑞光寺の高橋潤一さんより、料理をする際に大切な三つの心、「喜心、老心、大心」と、食材を生かす調理方法として、「五味、五法、五色」のお話を伺いました。

喜心とは、心から喜んで調理すること。老心とは、自己を忘れて他に尽くす心で愛情をもって調理すること。大心とは、偏りのない心で冷静に調理すること。五味とは、甘い、辛い、酸っぱい、苦い、しょっぱいの五つの味のこと。五法とは、生、煮る、焼く、揚げる、蒸すの五つの調理法のこと。五色とは、赤、白、緑、黄、黒の五つの材料の色のことを言うそうです。

今後、料理をするときに思い出して、心を込めて丁寧に調理しようと思いました。その他にも、興味深いお話を伺い、終了後も、みなさんたくさん質問していました。

手芸教室

UV レジンでクリスマスのオーナメントを作りました。ツリー、スノーマン、ベル、雪の結晶の中から型を選び、好きなパーツを入れて作りました。UVレジンの色をグラデーションにしたり、キラキラにしたりと工夫しました。作っている時間も楽しく夢中になりました。オーナメントは、それぞれ個性があって、とてもきれいに出来ました。



御支援有り難うございました。

東部地区民生児童委員様より頂きましたご寄付をもとに、今年度はUVレジンキット・アイロンビーズ・文庫本を購入させて頂きました。

今後の創作活動において大切に活用させて頂きます。利用者の皆さん、職員一同、感謝申し上げます、ご報告とさせて頂きます。



障害者自立支援センター「和」

2021年1月 予定表

日	月	火	水	木	金	土
					1 元旦	2
3	4 am お正月 書初め&カルタ大会	5 am フリータイム	6 am 音楽鑑賞	7 am 和のアトリエ マスクングアート	8 am 体を動かそう (卓球)	9
10	11 成人の日	12 am てまりたいむ 沖縄のアイスで 南国気分を味わおう ★活動費: ¥100 定員 10名	13 am 体を動かそう (卓球)	14 am 音楽鑑賞	15 am ミーティング プログラムに ついて語ろう	16
17	18 am リフレッシュの日 麻雀・将棋・トランプ など	19 am フリータイム	20 pm お話を聞こう会 13:40~14:40 菅原病院 管理栄養士 三浦さん 「健康に役立つ 食生活について」	21 am 体を動かそう (卓球)	22 am 和のアトリエ アイロンビーズ	23
24	25 am 体を動かそう (卓球)	26 am 音楽鑑賞	27 am フリータイム	28 am 手芸教室 UVレジンの アクセサリ ★活動費: ¥50	29 am リフレッシュの日 麻雀・将棋・トランプ など	30
31						

タイムテーブル

- 9:00 ~ 開所
- 9:40 ~ ラジオ体操、
朝のミーティング
- 10:00 ~ 11:30 午前プログラム
- 11:50 ~ 13:30 お昼休憩
- 13:30 ~ 13:40 ストレッチ
- 13:40 ~ 14:40 午後プログラム
- 14:50 ~ 帰りのミーティング

1月のイチオシプログラム

てまりたいむ
~沖縄のアイスで南国気分を味わおう~
1月12日(火) 10:00~11:00 活動費: 100円
参加希望の方は職員までお声かけ下さい。

★マークは地域の方、当事者の方などどなたでも参加できますが、事前にご連絡ください。

※各教室、行事等の予定は変更する場合があります。

問い合わせ先
障害者自立支援センター「和」 TEL 0184-24-0753