

ランチ&リフレッシュ

今までに駐車スペースやお店が小さいとかで何度か断られていた場所をピックアップし、今回はにかほ市にある「ケンちゃんラーメン」を選びました。皆さんお腹をすかしやっと到着したと思ったら、なんと臨時休業の札が私たちの目に飛び込み、利用者5名が撃沈！すぐに気を取り直してファミリーレストラン123に移動し(2回目)皆さん思い思いに美味しいラーメンを堪能してきました。帰りは道の駅で小休憩し帰路につきました。



調理教室「タラ鍋定食」

今回の調理教室は、タラ鍋定食にチャレンジしました。メニューは、旬のお魚「タラ」を使用し野菜をたっぷり入れたタラ鍋、きのこの炊き込みご飯、栗と銀杏の茶わん蒸し、野菜と薄焼き卵のナムル、みかんゼリーの5品です。利用者さんは、協力し合いながら作業工程をこなし、とても上手に出来上がりました。美味しい定食は、お腹いっぱいになり皆さんで楽しい食事になりました。



てまりたいむ「福笑いゲーム」

今回のてまりタイムは、1月恒例の福笑いを行いました。今ではこのゲームをする所も少なくなり、懐かしく思う人もいました。利用者さん達は、それぞれ自分が作った顔を観て大笑いしながら楽しみました。



障害者自立支援センター「和」

2020年2月 予定表

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3 マックスバリュ 石脇店様 恵方巻・節分 12:00~13:00	4 am 室内ゲーム	5 am 音楽鑑賞	6 pm 体を動かそう (卓球)	7 pm ドライブ (道の駅大内)	8
9	10 am 室内ゲーム	11 建国記念の日	12 pm カダーレ図書館	13 お菓子工房 『チョコ・タコ・ パーティー』 ★10:00~11:30 活動費：¥300	14 am 体を動かそう (なわとび)	15
16	17 pm ドライブ (道の駅岩城)	18 てまりたいむ 『トランプゲーム』 ★10:00~11:00 活動費：¥50	19 am 室内ゲーム	20 am 音楽鑑賞	21 ランチ・リフレッシュ 『ボンカフェ & イオンタウン』 11:00~14:30 実費	22
23 天皇 誕生日	24 振替休日	25 pm 体を動かそう (卓球)	26 am 音楽鑑賞	27 ランチ・リフレッシュ 『華月 & 陣屋』 11:00~14:30 実費	28 pm 郷土資料館	29

プログラムのない日は...

- 活動メニューから選ぶ
(個人や仲間と自由に)
 - ・卓球 ・読書 ・将棋 ・麻雀 ・オセロ
 - ・トランプ ・ウノ ・折り紙 など
- ゆっくり過ごす
- 買い物に行く

など、自由にお過ごしください。

★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。

※ プログラム参加希望の方は、申込用紙へのご記入をお願いいたします。申込用紙は当施設内に設置しております。

問い合わせ先

障害者自立支援センター「和」
TEL 0184-24-0753 まで

2月のイチオシプログラム

お菓子工房

『チョコ・タコ・パーティー』

2月13日(木)

10:00~11:30

活動費 300円

※ エプロン・三角巾持参

※ 定員10名で締め切りさせていただきます。