

# すまいるring通信

第20号

## ◆◆◆自炊をめざそう◆◆◆

りんくでは毎月、調理プログラムを開催しています。10月は具だくさんのだご汁、11月は天津飯、そして12月は熱々のマカロニグラタンと身体あたたまるメニューを作りましたよ～！おいしくできたとお声もいただいています。グラタンはたくさん出来すぎて、皆さん満腹で帰られたようでした…^\_^:(笑)料理に自信がないなあ…という方もスタッフがしっかりサポートしますよ。興味のある方はお気軽にご参加くださいね！

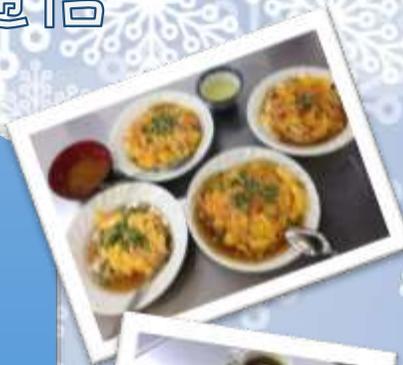


### 【初詣】

1月7日、「りんく」では加藤神社に初詣に行ってきました！おみくじを引いてみたり、占いを読んだり、願掛けしたり…。今回は実際に参加した方の声をお届けしますよ～♪

★Uさん『当日は1月と思えない暑さでした。初詣はこんな機会じゃないと行かないので楽しかった。熊本城の復興の様子も見られて良かった』

★タクさん『多分、自分では行かなかったと思うので、久しぶりに初詣に行けて楽しかったです。良い経験が出来ました』それぞれに楽しんでくれたようで嬉しいです(\*^-^\*)また次回の外出をお楽しみに…☆



### 創作活動

11月と12月の創作の時間は、クリスマス創作をおこないましたよ～(^^)♪まず11月は空き瓶リメイクをしました！シールやマスキングテープで飾りつけをして、それぞれ個性的なオリジナル瓶ができあがりまして☆そして12月は飛び出すカード作りに挑戦しました。見るだけで楽しい作品ができていましたよ。創作活動のリクエストもお待ちしていますね。



### ～書き初め～

皆様は、どんな新年の行事をされましたか？「りんく」では、1月に書き初めを実施しました。中には小学校以来に筆をとった方もいましたよ。私もそうでした(^\_^)今年の抱負を書かれた方や、絵を書かれた方もいました。ある参加者の方は昨年参加された時に書かれた書を一年間ずっとお部屋に飾っていたそうですよ♪皆様なら何を書きたいですか？来年は是非参加してくださいね。



進歩

大吉

