

写経の時間（副住職講話）
4月14日（木曜日）

大岡クッキング
薬膳料理で免疫UP!
4月17日（日曜日）



今回も定員を超えるたくさんの方にご参加いただきました。弘明寺観音美松副住職から「写経の作法」「書き方」「筆の持ち方」等細かくご説明いただいた後、それぞれが自分自身のペースで写経をはじめ、副住職が会場を歩いて丁寧に質問に答えていました。「とても有意義な時間を持つことができました」「ところが落ち着きました」などのお声を頂戴しました。



身近にある食材で簡単に作れる薬膳料理。講師は柴田先生です。3品を手際よく作っていきます。ウコンの入ったグリーンピースご飯は、グリーンピースのさやごと炊き込みます。鯖のマリネは彩りよく見た目も爽やかです。「おいしそうにできました」「楽しかったです」「家でも作ってみます」などたくさん感想をいただきました。



ファミリータイム
リトミック
4月16日(土)

初めての太極拳
4月5日～5月17日(火曜日)
全4回



たくさんのお友達が遊びに来てくれました。
音楽に合わせて、リズム遊びや輪っか飛びなど親子で思いっきり身体を動かしていました。みんなとても元気で笑顔いっぱいの時間を過ごしました♪

