

大岡クッキング

薬膳料理をマスターしよう

6月25日(水)

講師:柴田先生



銀耳(白きくらげ)は肌やのどをうるおします。

試食の時にとうもろこしのひげのお茶を頂きました。暑くなる時期には丁度良い水分代謝を助ける効果があります。

3回コースの最終回です。参加者の方々達もなごやかに協力しながら調理を進めて頂きました。



- *チャプチェ
- *ビビンバ
- *鶏と銀耳の酢みそだれ
- *なすとピーマンのみそ煮



ファミリータイム あそび・隊 「パラバルーン遊び」6月21日(土)



体を動かした後には静かに絵本の読み聞かせを聞きました。



保護者の方々が力を合わせて上下に布を動かします。15組35人のご参加でした。



スモークツリー(けむりの木)のリース作り

6月22日(日)

講師:佐藤先生



約25cm×25cm



1年でこの時期にしかできないスモークツリーです。薄いピンク色も混ざり、朝霞のような幻想的なリースが出来ました。枝とリボンもつけてさらに素敵になりました。

先生のわかりやすいご説明の後、一人一人丁寧にまわって教えて頂きました。

ミニイベント てるてる坊主をつくろう 6月4日～6月30日

SDGS

割れた卓球のボールを再利用して、てるてる坊主を作りました。



幼児から大人まで132名の方が参加されました。

ハワイアンキルトの
スマホポーチを作ろう
6月13日、27日（全て金曜日）
講師：栗原 先生



ていねいに先生から作り方、縫い方
を教えてくださいました。



好きなデザインのセット
を選んで作成しました。



15名のご参加でした。
初めての方も含めて、全員、
2回でスマホポーチを仕上
げました。

和気あいあいとした
雰囲気の中で、キルト
を縫っていきました。



パソコン・スマホ 相談会
6月15日(日) IT24会

こんなことも？と思うことも
ご相談ください。
ていねいにスタッフがお答えします。



今月は、8名のご参加でした。

毎月第3日曜日
13時30分～15時30分(受付14時まで)
1回500円です。 **定員10名(先着順)**
ご自身のパソコン、スマホをお持ちください。
当日直接施設へお越しください ミニ講座あり

大岡 蓄音機音楽鑑賞会
6月23日(月)
講師：八木先生



- 1) ハワイアン特集
ブルー・ハワイ、珊瑚礁の彼方に
- 2) みんな知っているクラシック
ボレロ、ラ・カンパネラ など

くわしい曲の解説の後、
静かに蓄音機を鑑賞します。
リピーターの方が増えてき
ました。
27名のご参加でした。

包丁の研ぎ方
6月29日
講師：住まいの学習館



講師から、包丁について、
研ぎ方についてのお話を
聞いた後、実演をみて研ぎ
方を教わりました。



16名のご参加でした。
2本の包丁を皆さん自分で
研ぎました。