

♠ 部会報告 ♠

◎地域づくり部会

- ・部会議 1月18日(水) PM7:00~PM9:00 参加者9名
- ・次年度の取り組みについて

◎生涯学習部会

- ・華道教室 12月25日(日) AM11:00~PM12:30 参加者8名
- ・冬休み子供料理教室 12月26日(月) AM10:00~PM12:00 参加者5名
- ・造形盆栽教室① 1月16日(月) PM1:00~PM4:00 参加者5名
- ・部会議 1月11日(水) PM7:00~PM9:00 参加者6名
- ・冬のイベントについて

◎福祉部会

- ・週一サロン 1月11日・18日(毎週水曜日 AM11:00~PM1:00)
- ・通所型サービスB事業 12月23日・1月13日・20日(毎週金曜日 AM9:30~PM3:00)

造形盆栽：はなかいどう
見習って完成したいですね♡



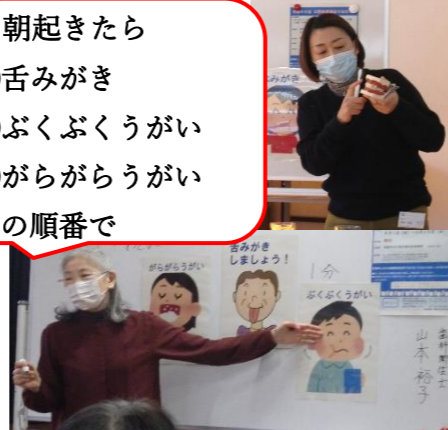
【週一サロン・口腔ケア講習会】

オーラルフレイル対策について

歯の磨き方



- 朝起きたら
- ①舌みがき
 - ②ぶくぶくうがい
 - ③がらがらうがいの順番で



☆お店のご紹介 西明 『らんらんパン』

らんらんパンは、からだにやさしいパンです！

- ①国産小麦粉を使用②自家栽培や地元の野菜や果物を使用
- ③添加物や保存料は不使用だからです。

お子さまからお年寄りまで幅広い年代のみなさんが、安心して美味しく食べられるパンだと思います。地元の皆様に喜ばれるパンを作って、召し上がっていただきたいです！

蔵を改装した、素敵な店舗になっています！

ぜひ、お越しください！

オープン 2月5日(日) AM11:00~

営業日 火、金、日曜日 11:00~14:00

予約、取り置き、注文も受け付けます。営業日以外の注文可。営業日以外でも販売している時は旗がたっているよ~！

記：店主 堀田蘭湖さん



【二十歳の集い】



1月8日(日)にじょうはな座で二十歳の集いが開催されました。菟谷地区では4名の方が参加されました。おめでとうございます。

【華道教室】

大和花道常任総務

杉本政柳先生の指導のもと、お正月用の花を生けました。花材1本、1本の入れ方を丁寧に教えていただきました。



【冬休み子供料理教室】

☆講師：食生活改善推進委員 前田久美子さん

みじん切り、頑張ろー♪

玉ねぎで目がいたいよ~

ランチョンマットの説明
主食、主菜、副菜、汁ものをそろえて食べましょう！



えびのカラむき、奮闘中！

カレーパン、おいしいよ~!(^^)!

まだかな？

どの料理もとても美味しく、全員が完食!!



☆メニュー

- ・焼きカレーパン
- ・えびマヨ風サラダ
- ・オニオンスープ
- ・チュロス