

Flow 便り

平成 29 年 12 月号



11 月の活動紹介 運動や癒しはもちろん季節を楽しみながら・・・笑いある時間を過ごしていただきます◎



寒くなってきましたが心地よい空間でカラダもココロもポカポカで過ごしていただきます◎



くすみボタンのマグネット作りはお好きな生地を選んで♪大人のプラバン工作では素敵な作品が完成!!

目の前の畑から小カブを収穫し浅漬けに かんべ産のレモンを浮かベティータイム♪



季節の食材を使用した美味しいもの企画は毎回好評です♥



柿ジャム作り 美味!!

12 月のおやつ工房 (手作りおやつ)

クリスマスケーキ作り 25 (月)
スムージー作り 20 (水) 21 (木)

12 月活動予定

- ・リース作り
- ・ペーパークイリング (クリスマス飾り☆彡)
- ・お正月箸袋作り
- ・椿のフラワーボックス など



Gトルズ様による生演奏会♪
身体全体で音楽を感じることができ非日常の世界にうっとりでした◎

12 月雑学・豆知識

2018 年 (平成 30 年) の干支は戌
36 年前の戌年、昭和 57 年には東北幹線 上越新幹線開業や 500 円硬貨の発行がありました。さてさて・・・
犬も歩けば棒に当たる など犬が使われた慣用句やことわざ 皆さん、いくつ思いつきますか??