

# Flow 便り

平成 30 年 7 月号

## 6 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◎



体操やリラクゼーションタイムでカラダもココロもほぐしましょう◎ 自然と笑顔になり・・・ハッピーホルモンが分泌されますよ♡

コーヒー豆のカスを使った消臭剤作り スタンプや飾り縫いでオシャレに



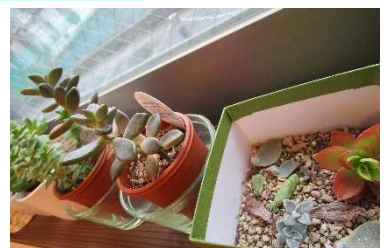
少し遠目から見ると本物に見えちゃいます!!どこかにカタツムリがいますよ



ココア炊飯器  
ケーキ作り  
朝ごはんにも  
おすすめです

梅ジュース作り 過程を楽しみながら・・・味見もしながら◎

畑のサンチュと栄養満点の甘酒のスムージー  
レモンのクエン酸も加え疲労回復を◎



風鈴ストラップ作り 涼しげな作品が完成ですっ☆

窓辺の多肉植物 どんどん子どもが増えています♪

## 7 月のおやつ工房 (手作りおやつ)

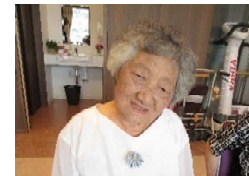
炊飯器ケーキ 11 (水) 12 (木)  
季節のスムージー 18 (水) 19 (木) 20 (金)

## 7 月活動予定

## 文月

- ・ポストカード作り (暑中見舞い)
- ・保冷剤を使った芳香剤作り
- ・あさがお (季節の制作)
- など

7 月の旧名「文月」の由来は「7 月 7 日の七夕に詩歌を献じたり、書物を夜風に曝す風習があるから」というのが定説。旧暦では 7 月が秋なので、秋の夜長に月明かりで書物を読んだり、文を書いたりとか…。さて今年の 7 月、誰かに手紙を書いたり・・・ラブレターを♡ いかがですか??



今月のナイスショット

3 月に作った つまみ細工のブローチ をコーディネートのポイントに