

Flow 便り

平成 30 年 10 月号

9 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いております◎



楽しくないとなかなか体操や運動は続けられません・・・笑いながら◎ 「朝の体操が楽しみなんです」との嬉しい声をいただいています♪



血行促進効果のあるリラックスタイム・・・



クラフトテープの花に磁石を付けてオシャレマグネットが完成✳
かんべ村玄関にある月桂樹の葉を防虫効果のあるサシユに
手先をしっかり使う制作活動で素敵な作品が完成 ↓ ↓



10 月のおやつ工房 (手作りおやつ)

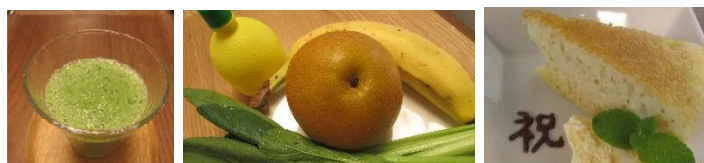
炊飯器ケーキ (かぼちゃ) 17 (水) 18 (木)
季節のスムージー 22 (月) ~ 24 (水)

10 月活動予定

- ・木のクリップ作り
 - ・多肉植物 & ストーンアート
 - ・季節の制作 (立体花リース)
- など

調べもの・・・

かつては紙の辞書・書籍が中心だった調べもの・・・人に聞いたり テレビからの情報も溢れていますね。FlowSalon では花の名前や料理のレシピを検索したり皆さんと一緒にインターネットを活用する事がしばしばあります。関心のある方はぜひお声掛けくださいね。



食欲の秋を楽しんでいます♡

梨を使用したスムージーは葉野菜の青臭さが和らぎおすすめです
バナナ炊飯器ケーキは程よい甘さの仕上がりに◎

