

令和元年 11月 イベント情報

肉まんを作ろう！！

日時：11月6日(水)10:00～

参加費：100円 限定10食

皮から手作りします！フライパンで蒸す手軽バージョンです。
肉だねを皮で包むのが、楽しいです♪ 一人1個作ります。
オリジナルの肉まんを一緒に食べましょう♪



ドリップコーヒーの日

日時：11月7日(木) 13:30～

参加費：100円 限定15食

フレッシュなコーヒー豆で、香りを楽しもう！
コーヒーに合うチョコレートもチョコッと
用意します。コーヒーブレイクをかんらんで♡



和風ランチの日

日時：11月14日(木) 10:00～

参加費：250円 限定10食 当日参加OK

- ・なんちゃって松茸ご飯
- ・茶碗蒸し
- ・和のおかず & デザート考え中



お楽しみランチの日

日時：11月28日(木) 10:00～

参加費：250円 限定10食 当日参加OK

- ・手作りピザ
- ・コールスローサラダ
- その他考え中



お菓子作りの日

日時：11月22日(金) 10:00～

参加費：150円 限定10食 当日参加OK

- ◆シフォンケーキ2種類(紅茶&プレーン)
- ◆ごまゴマクッキー(ノンバター)



ケーキはグループで作ります。クッキーは、個人で作ります。
シフォンケーキは、焼き上がりから冷ますまで時間がかかるため、午後からカットし試食したいと思います。どちらも、オーブンの仕上がりになるため、お時間にゆとりがある方のみ
ご参加宜しくお願い致します☺

専任ピアサポーターによる 個別相談のご案内

日時：11月14日(木) 14:30～

11月21日(木) 14:30～

(毎月第2・第3木曜日に開催します。)

場所：かんらん1階

対象：当事者の方(銚子市以外でも可能です)

生活上の困りごと、
病気のこと、
何でも気になっていることを
気軽にご相談して下さい♪

個人情報・守秘義務は
徹底致しますので
ご安心下さいませ。



相談事業・勉強会

日時：11月21日(木) 13:00～

テーマ：『双極性障害を知ろう』

当日参加でOKです！

映像等を見ながら、リラックスした雰囲気です。
堅苦しくないのので気軽にご参加下さい♪



ミーティング

日時：11月2日(土)

10:30～

来月の誕生料理会のメニュー決めや今月のイベント紹介などを行います。

原則、来月の誕生日者(参加できる方)のご希望を優先

