

# かんらん通信

令和3年 12月号

銚子市地域活動支援センター かんらん  
〒288-0048 銚子市双葉町6-12  
TEL・FAX: 0479-24-7730

HP: <http://npo-new.org/>



毎年12月は年末で忙しいですが、クリスマスの華やかさで心が弾みますね。2年ぶりにクリスマスパーティーを開催しました。午前と午後に分け限定人数で行いました。イベントは良いものですね。最終日は大掃除をしてお汁粉を飲み無事に終了できました。来年もコロナウイルス感染予防を徹底して工夫しながら皆さんと楽しく活動したいです♪



アーモンドプードルが粉かわりのレシピで低糖質シフォンケーキ作りしましたよ～★



低糖質&野菜調理プログラム

油揚げで野菜とチキンをサンド！画期的★



恒例パフェ風サラダ



スペシャルスムージー



オートミールクッキー  
かなり低糖でした(笑)



低糖質じゃない普通のメニューが食べたい！という強い要望あり、リクエスト料理：煮込みハンバーグを作りました(笑)  
おからサラダも添えて。デザートも付きましたよ～。



そば粉のガレット ハムと目玉焼き  
モッツアレラチーズたっぷり！



苺が高額だった～涙

カップケーキを作りました。毎年恒例になっていますね。今年は、抹茶クリームチーズを絞ってクリスマスツリーっぽく仕上げってみました。  
甘さ控えめの大人の味わいでした。



各自で生地は焼きました。  
形が崩れたりハフニング満載

# R3年度12月創作活動



## O様の作品

今月はチューリップを布で作りました。紐を入れて縫ったり、綿を入れ膨らませ、ビーズで装飾する等手が込んだ作品となっています。



クラフトバンドでお正月飾りを作りました。一本一本裂いて束ねてつまみ細工でお花を作り華やかに飾りました。



## 分散クリスマスパーティー カンパ〜イ！！



午前と午後に分けて開催しました。午後グループは料理をテイクアウトにしました～



皆で料理作りました。スタッフもドタバタ！ケーキはデコレーションを各班楽しみました！



カップサラダやフランクフルト等も作りました★



BINGO



ビンゴ大会！数字に集中。1位の方には特別賞が！！



ビンゴ大会1位！



ドリンク内にキャンディー入っているれば大当たり



背広姿きまってる★



(右Iさん)ビンゴ大会&じゃんけん大会1位 運もってるな～

