

かんらん 通信

銚子市地域活動支援センターかんらん
 〒288-0043 千葉県銚子市東芝町5-1
 TEL:0479-24-7730
 開所時間:9:00~16:30
 日・月・祝日休み(月曜が祝日の場合は翌日休み)



R5年

11月



しょうゆ工場見学記念 2023年11月1日

天気も良いので、ふらっと市内散歩にでかけました。飯沼観音→今川焼のさのやさんはお休み→ヤマサしょうゆに行くと、見学ができることに！！嬉しい想定外でした。「ヤマサ菌」素晴らしい！しょうゆソフトクリームは絶品です！楽しかったですね！今度は皆で行きましょう★



ぐらんぐらんゲーム

ひそかに人気を集めているバランスゲーム。
 ← 全部のせることができた奇跡の1枚です。

看護学部の実習生と交流！ 共にプログラム活動しよう会

健康であるために気をつけていること。
 ・今や、作りたいこと、チャレンジして作りたいこと。
 ・病院に行く時に、どんな看護師だとうれいかな？
 ・自分が思う健康な状態とはどんな姿か



カルメ焼き作り。毎回、出来上がりが様々★



実習生2名カラオケ参加一番緊張したそうです。



看護学部の実習生から
 メンバーさんへの質問コーナー
 午前中に交流を深めながら、午後に質問Timeを設けています。ぶっちゃけ話や気軽に楽しくお互いに質問あっています。



← リボンレイ作り

実習生と一緒にストラップ作りtime。好きな色のリボンを選び、編み編み。力加減が難しいですがコツが分かると楽しい！



猫の日

11月22日に、猫ちゃんのみたらし白玉作りました。各自、成形してフードペンで顔を書きかき。楽しかったですね！！みたらしあんいただきました。今度は2月22日？



男性陣2名の可愛いネコちゃん！絵心ある！



みんなネズミだと勘違い！



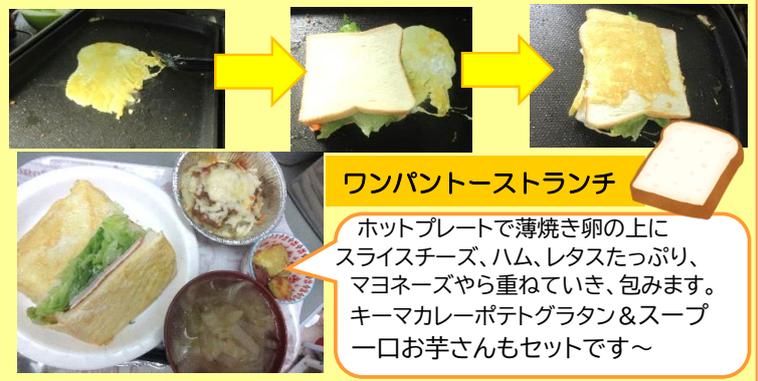
何とも言えない趣き深い表情の白玉





自分オムライス作りの日

自分好みの大きさに材料をカット。卵の焼き加減も自分次第。



ワンパントーストランチ

ホットプレートで薄焼き卵の上にスライスチーズ、ハム、レタスタっぷり、マヨネーズやら重ねていき、包みます。キーマカレーポテトグラタン&スープ 一口お芋さんもセットです～

おにぎり&みそ玉作りランチ

Nちゃんの大学芋がすんごく美味しかった！

今回は、当日ある材料で献立を決めました！ 餡かけにしたり、味のアイデアを出し合いました。すごいボリューム笑 みそ玉作りも楽しかったですね♡

皮から肉まん作り&シチュー



肉まんの皮作り。こねてこねて、職人みたい～



ホットプレートで薄焼き卵の上にスライスチーズ、ハム、レタスタっぷり、マヨネーズやら重ねていき、包みます。キーマカレーポテトグラタン&スープ 一口お芋さんもセットです～

月1回
自分
クレープの日

今回のクレープは、リクエストがあった手作りカスタードクリームを用意しました。ソースは、チョコ、キャラメル、メイプル風、いちご。ホットクレープもこれからの季節に合うかもしれませんね♡

炊き込みご飯&野菜たっぷりランチ

野菜たっぷり豚肉蒸し～

茶碗蒸しおからサラダスープ

作品展

編み物教えてほしい～



クリスマスカラーのマスク♡



Mさん手作りのビーズアクセサリ。とてもキレイで人気

〇様にしか表現できない、絶妙な色合いとグラデーション 美しい！



折り紙でBOXを二種類作りました！箱の中にはお菓子を1つプレゼント♡ 折り紙は、脳トレにもなり集中力の高まるしいいことづくしです。

書道time



「かんらん」で一緒に過ごしませんか？

銚子市内に住民票があり、障がい者手帳や自立支援医療をご利用の方、所持していなくても精神科・心療内科に通っている18歳以上の方。

募集中!

ピア相談しませんか？

精神の病気を経験しているピアサポーター(ピアスタッフ)による、個別面談(第2・4木曜午後)を行っています。相談時間は1時間程度です。本人以外でも家族の方の相談も受け付けております。お気軽に0479-24-7730までお問合せ下さいませ。