

# 12月スケジュール

|    | 月  | 火        | 水          | 木          | 金          | 土          | 日                    |
|----|----|----------|------------|------------|------------|------------|----------------------|
| 午前 |    | カラオケ     | 室内スポーツ     | ミーティング     | 認知行動療法(物質) | 料理教室☆      | 70セス依存<br>認知行動療法     |
| 午後 |    | 散歩/音楽クラブ | 認知行動療法(物質) | 木工         | 芸術         | ミーティング     | 70セス依存<br>ミーティング     |
| 午前 | 7  | おやつクラブ   | ミーティング     | 認知行動療法(物質) | ミーティング     | 室内スポーツ     | 料理教室☆                |
| 午後 |    | 木工       | 音楽クラブ      | 映画         | 園芸☆        | 認知行動療法(物質) | 映画                   |
| 午前 | 14 | 園芸       | ミーティング     | 室内スポーツ     | おやつクラブ     | 認知行動療法(物質) | オープンスピーカーズ<br>ミーティング |
| 午後 |    | ミーティング   | 音楽クラブ      | 認知行動療法(物質) | 工作☆        | 駿河探訪       | 映画                   |
| 午前 | 21 | 室内スポーツ   | ミーティング     | 認知行動療法(物質) | 園芸☆        | 室内スポーツ     | 料理教室                 |
| 午後 |    | 木工       | 音楽クラブ      | おやつクラブ     | カレンダー作り    | 認知行動療法(物質) | 利用者会<br>お誕生日会        |
| 午前 | 28 | カラオケ     | 委員会活動      |            |            |            |                      |
| 午後 |    | ミーティング   | 音楽クラブ      | 年越しそば作り    | お休み        |            |                      |

## フラワーアレンジメント

今月のフラワーアレンジメントは、箱から飛び出ているように見える工夫をしながら作るものでした。ピンクや赤のバラを使い華やかに仕上がりました。使う花や草は同じでも花を置く一や角度によって雰囲気が違うものができあがりしました。



## 山梨県

## 忍野八海へ行ってきました!

8か所中、3か所の泉を見てきました。泉から湧いてくる水は富士山の雪解け水なので、透明で透き通って、とてもきれいでした。紅葉の時期も重なり、気持ちのいい秋を感じてきました。

周りには売店もありお団子や草餅、季節のフルーツも楽しむことができました。



湧き水で冷たく冷やされた  
シャインマスカット☆

名物の草餅を買いました♪



## 料理教室 おやつクラブ

料理教室では「もつ煮」を作りました! 昼食の汁物にはぴったり♪おやつにも食べられるほどの量でした。

おやつクラブでは畑で採れたさつまいもを使った「さつまいもプリン」「スイートポテト」を作りました。甘くて美味しいおやつが出来ました。「ニンニクたっぷり餃子」はニラもたくさん入れてスタミナたっぷりに出来上がりました。



さつまいもプリン

ニンニクたっぷり餃子

スイートポテト

もつ煮