

# 地域活動支援センターだより

## 外出行事(東通村)

今月の外出先は東通村。梅雨空の下、べこもち作り体験に行ってきました。まずは、キッチン  
はなかの美味しい洋食で腹ごしらえをしまして、いざ東通村へ!りらくすmamaさんのべこ  
もち作り先生お二方に丁寧に指導いただきながら、時間いっぱい夢中になって作りました。  
終了後には集中も切れたところで疲れも見えていましたが、大変良い経験になったのではな  
いでしょうか。べこもち作りの先生方いわく、「べこもちを作れる人がどんどん減ってきている」と  
のことでした。地域に受け継がれている文化を大切にしていきたいですね。



## 施設内活動

プログラムの中でも多くの時間を占めている施設内活  
動。現在、7月18日のバザール出店に向けての作品作  
りに一生懸命取り組んでいます。当日は様々な商品を販  
売する予定となっております。覗くだけでも結構ですので、  
是非ともマエダ本店へ足を運んでみてください。



## ミュージックセラピー

音楽療法の先生方をお招きして毎月開催されている  
ミュージックセラピーです。音楽を聴いたり歌ったりするだ  
けではなく、音楽に合わせて体を動かし、心身ともにリラック  
スを図る内容となっています。昔懐かしい童謡から最近の  
J-POPに触れ音楽を様々な形で楽しむことができます。



## おやつ作り



みんなが大好きなおやつを作る楽しみ、おやつ作り。今回は中華風蒸しパン  
「マーラーカオ」に挑戦しました。蒸し器を使ってじっくり蒸しあげました。蒸  
している時間は「ちゃんと膨れているかな」「美味しく出来上がるかな」と  
ふたを開けたくなる衝動を抑えながら待ち続け・・・その甲斐あってふっくらとし  
たマーラーカオが出来上がりました!参加した利用者さんは「お店で買うより美  
味しい」と評されていました。



## 〈7月の予定〉

- 7月18日(火):ふれあい福祉バザール (マエダ本店正面玄関入り口)  
販売時間:9:00~14:00  
申込〆切:7月7日(金)まで  
※昼食は現地ですりまますので、昼食代の準備をお願いします。
- 7月21日(金):体験学習(下北自然の家)  
申込〆切:6月30日(金)まで  
※詳細は参加者へ後日お知らせします。
- 7月27日(木):行事「BBQ」(早掛レイクサイドヒルキャンプ場)  
開催時間:9:50~15:00 参加費:¥2,000  
申込〆切:7月7日(金)まで  
※雨天の場合も実施します。上着の準備もお願いします。  
荒天の場合は一心亭でランチをとる予定となっています。
- 7月28日(金):6・7月誕生日会(センター交流室)  
申込〆切:7月10日(月)まで