

チーム紅蓮 活動報告



東京おもちゃショー



18.06.09～18.06.10 6月9、10日と行われていた東京おもちゃショーに参加してブースも出店してきました♪ 来場者の多さに圧倒されて車いす目線からでは会話も聞こえないほどの賑わいがあります！おもちゃではないカムイ大雪ブースにも興味を持ってたくさんの人たちが来てくれていました！

第12回トリム&ラン



18.06.10 札幌で行われている、「第12回トリム&ラン」に参加しました。ランリレーチームは、車いす紅蓮隊&札幌混合チームで出場。車いす紅蓮隊 4.8kmトリムリレーの部第1位を獲得することが出来ました！！見事2連覇を達成しました。

第5回 墨絵体験教室



18.06.23 今回で5回目の墨絵体験教室。今回も沢山の方にご参加していただきみんなで交流しながら絵を描いたり、楽しい体験教室となりましたぐ(・▽・)/



さんろくまつり

今年も「車いす紅蓮隊」として露店を出店します！

UD神輿は今年で10年目！皆さんと一緒に担ぎませんか。



去年のさんろくまつりの様子

日時は8月2・3・4日♪



8月4日(土)にはUD神輿担ぎます！

みなさんのお越しお待ちしております。

～ななかまどにUDレシピ掲載中～



UD(ユニバーサルデザインの略)：誰もが簡単に楽しめる

※レシピの加熱時間はあくまでも目安です。ご利用の電子レンジ・炊飯器のメーカーや機種により加熱時間が違う事もありますので、調整してください。

「誰にもやさしいまちづくり」に参加しています。今年の8月さんろくまつり最終日にUDみこしを担ぎます！



問合せ・・・カムイ大雪
 バリアフリーツアーセンター
 チーム紅蓮
 TEL 0166-38-8200

レンジと炊飯器で作る超かんたん料理

UD レシピ VOL.10 監修 下田昇兵

母との思い出は「料理」。将来の夢は、料理でみんなを笑顔にする料理人。しかし、16歳の時に母と同じ奇難小脳変性症という難病を発症。料理人の夢を諦めきれず、仲間とレンジで誰もが簡単に作れる料理を考案し、2016年8月に念願の「UDレシピ本」を発行。

タンドリーチキン

※材料(2人分)※

鶏手羽中	10本	【A】	カレー粉	小さじ2
			ヨーグルト(プレーン)	大さじ3
			ニンニク(すりおろし)	1かけ
			ケチャップ	小さじ2
			塩	小さじ1/4

※作り方※

- ①ビニール袋に【A】の材料と鶏手羽中を入れて、よくもみ込み30分以上寝かせる
- ②耐熱容器にクッキングペーパーを敷き、その上に①の鶏手羽中をのせる
- ③ふわっとラップをして電子レンジ(600w)で7分加熱する

★お問い合わせは…電話またはE-mailで / info@dpcmaika-hokkaido.com

